الأعشابُ

دواءٌ لكلِّ داءٍ

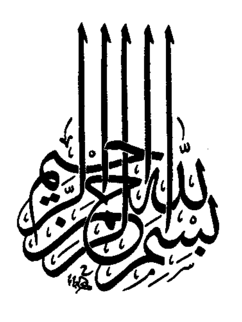
فيصل بن محمد عراقي

الأعشاب

دواء لكل داء

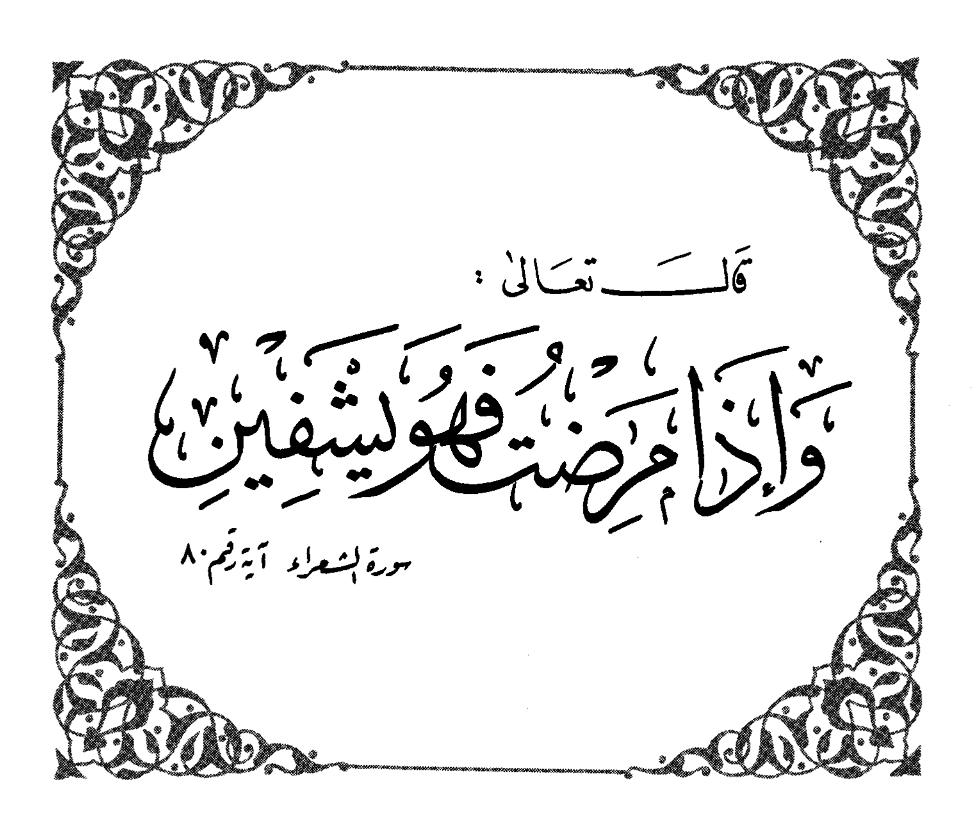
تأليف

فيصل بن محمد عراقي


بسم الله الرحمن الرحيم

الأعشابُ
دَواءٌ لِكُلِّ داءٍ

الطبعة الأولى
١٤١٣هـ


قال تعالى :
وَإِذَا مَرِضْتُ فَهُوَ يَشْفِينِ
سورة الشعراء آية رقم ٨٠



الإهداء

إلى كُلِّ من يعاني المرض ..

إلى كُلِّ من رافق الوسادة البيضاء ، وصاحب السّهاد ، وبثَّ همّه وألمه لرب العالمين .. الذي ما خلق من داء إلا جعل له دواء ..

إلى كُلِّ من كتم ألمهُ بصدره فتفجرت أشجانه ينابيع شفافية وصفاء وعذوبة ودعوات للآخرين بأن يقيهم الله المرض والهمّ .

ثم إلى كُلّ طبيبٍ أمينٍ في عمله ، ويُنير طريق الوقاية لمن حوله قبل العلاج .

أهدي كتابي ..

فيصل بن محمّد عراقي



المقـدّمـة

الحمـد لله رب العالمين والصـلاة والسـلام على أشـرف الأنبيـاء والمـرسلين ورحمـة الله للناس أجمعين سيـدنا محمـد النبـي الصـادق الـوعـد الأمين وعلى آلـه وأزواجه أجمعين. . . وبعد

فإن العلاج بالأعشاب والنباتات هو في حد ذاته نداء للعودة إلى عظمة الخالق والبساطة والبعد عن المركبـات والتعقيدات والكيمـاويات والسمـوم بكافـة أشكالهـا وصورها وهـذا ما تنـادي به الآن منـظمات الصحـة العالميـة نظراً لـوجود الأمـراض الحديثة التي ظهرت وانتشـرت ولم تكن موجودة من قبل والتي يظن العلماء والأطباء أنها جاءت من تأثير تلك المواد الكيماوية الموجودة بالدواء الذي يتناوله المرضى والأصحاء دون ما أدنى اهتمام أو تفكير منهم بمكوناته وتركيباته ومدى خطورته ولهذا اتجه كثير من الكتـاب والباحثين إلى التنقيب والبحث عن القـديم في كنوز القـدماء وما تناولوه بالبحث والكتابة في هذا المجال وأخـذوا منه مـا يواكب العصـر الحديث مع إضافـة بعض من الأعشاب التي لم يعـرفها إلا القـدماء وبـذلك ربـطوا بين القديم بأصالته والحديث بتـطوره. وليست هذه دعـوة إلى العودة للخلف أو إعـطاء ظهورنـا للبحوث العلمية التي تجري حديثاً وإنما الغرض هو تسليط الضـوء على جانب مهم جداً من الثروات الطبيعية التي بين أيدينا وتزخر بها أوطاننـا من الأعشاب والنبـاتات التي تجمع بين الغذاء والدواء معاً.

كمـا إننا لا نقلل بهذا من حجم الانتصارات التي حققهـا الطب الحـديث ولكننا بحاجة إلى تـرشيد المسيـرة العلمية في عـلاج الأمراض وشفـاء الأجسام. . . ولقـد ابتعدنا عن الطبيعة وسننها وبقدر ابتعادنا كان شقاؤنا وآلامنا ومن هنـا كانت الحـاجة لمثل هذا الكتاب الذي هو بين يدي القارىء اليوم وشعاره (البساطة) وقد عرضنا فيه

وصفات العلاج بالأعشاب ونحن على يقين ـ بإذن الله ـ من أن الكثيرين سيجدون فيه علاجاً لأمراضهم التي يقف الطب الحديث الآن أمامها عاجزاً.

ما أشد حاجتنا الآن إلى الرجوع للفطرة السوية قبل فوات الأوان بعد أن أنهكتنا الأدوية الكيماوية بتركيباتها الغريبة المعقدة ومن هنا كانت رحلتنا من خلال عرض الأمراض وأعراضها وطرق علاجها بالأعشاب والنباتات وكان من الضروري أن نتناول هذه الأمراض وطرق علاجها خاصة بعد أن تنبهت الكثير من الدول المتقدمة لأهمية طب الأعشاب حتى أصبح في الولايات المتحدة الأمريكية وحدها من الأدوية المصنعة من الأعشاب ما نسبته ٢٥٪ حالياً.

كما يجب ألَّا ننسى في هذا المقام فضل الأجداد وأياديهم البيضاء في الطب والصيدلة وشهرة وصفاتهم في العالم مثل (التذكرة) لداود الأنطاكي و (القانون في الطب) لابن سينا و (الصيدلة) للبيروني وكلها غنية عن التعريف والبيان.

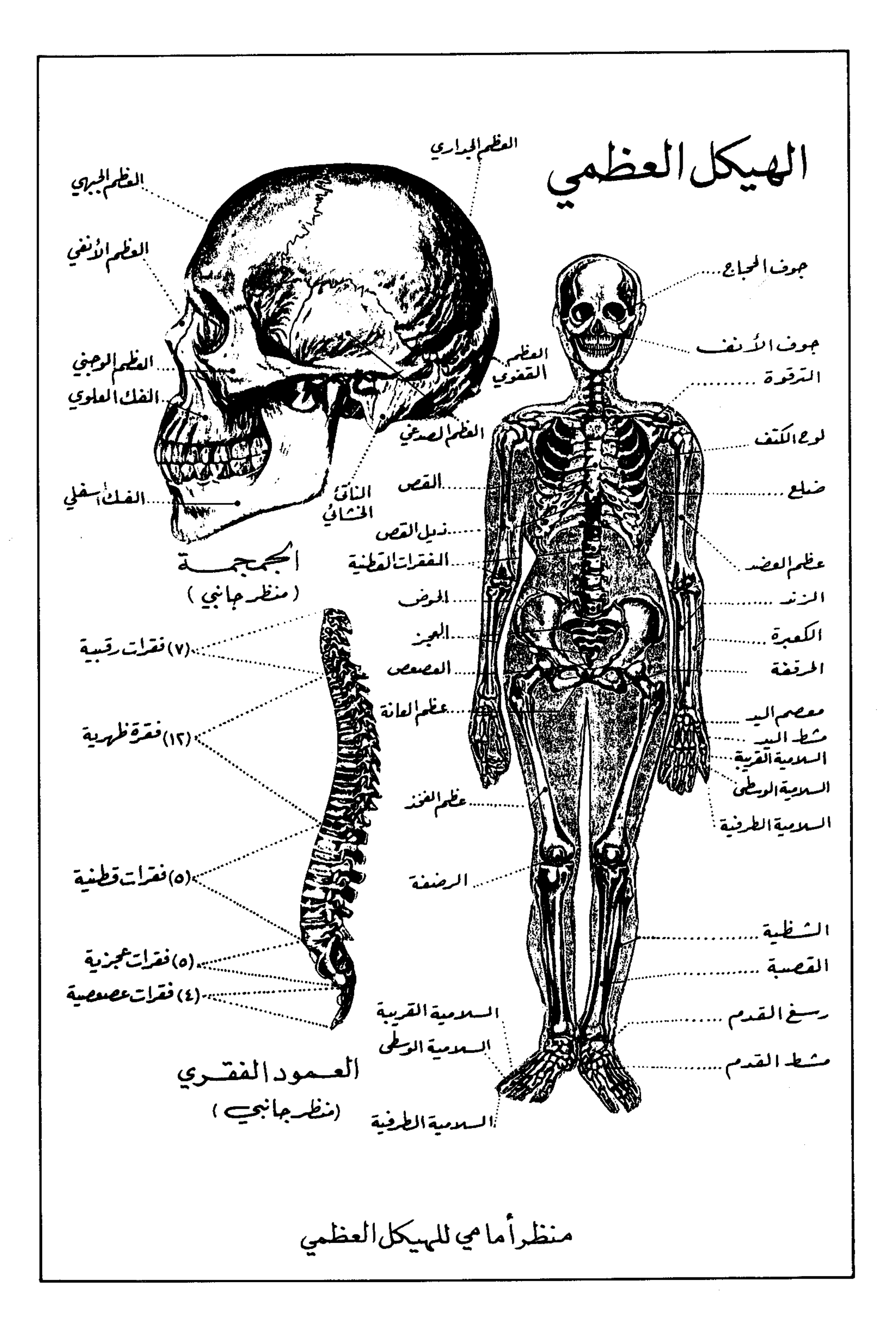
ومن هنا عزيزي القارىء قمت بتأليف هذا الكتاب المبسط بما احتواه بين دفتيه رحمة بك وخوفاً عليك من ظلم نفسك بنفسك جرياً وراء العلاج بالعقاقير الطبية والكيماويات المدمرة وحفاظاً على المناعة الطبيعية التي حباك الله بها ووهبك كنوزها الطبيعية التي تكمن في ذاتك وتخرج من ذرات جسدك عند اللزوم حينما تحتاج إليها بعد أن يدق ناقوس الخطر.

والله أسأل أن ينفع به المسلمين ويوفقنا جميعاً إلى ما يحب ويرضى رب العزَّة والجلال إنه سميع مجيب والحمد لله رب العالمين.

المؤلف

فيصل بن محمد عراقي

مكة المكرمة: شهر الله المحرم عام ١٤١٣هـ



منظر أمامي للهيكل العظمي

أهمية العلاج بالأعشاب

إن المتحمسين للعلاج بالأعشاب الطبية والوصفات الشعبية في مختلف أنحاء العالم بذلوا جهوداً مضنية للوصول إلى الحقيقة وكشف أسرار هذا النوع من العلاج لدرجة أن هناك حالياً في أمريكا وأوروبا والصين والهند الكثير من المستشفيات والمصحات التي تقتصر فيها وسائل العلاج لجميع الحالات المرضية على النباتات والأعشاب الطبية وبالطبع لا بد أن تكون هناك أسباب مقنعة وراء كل هذا، وهذه الأسباب كثيرة وسنقتصر على أهمها فيما يلي:

* هناك الكثير من الحالات المرضية التي يصعب معها استخدام العقاقير الكيميائية خوفاً من تدهور حالة المريض وإصابته بأعراض جانبية ضارة ولذلك يفضل بعض الأطباء استعمال أسلوب العلاج بالأعشاب الطبية الذي أثبت فاعلية في علاج مثل هذه الحالات وهي كثيرة.

* ضرورة الاستفادة ما أمكن وبصورة أكثر شمولية من الإمكانات الطبية الطبيعية التي وهبها الله للبشرية في ذلك الكون والتي تتمثل في الأعشاب والنباتات الطبية والمياه المعدنية وأشعة الشمس والطمي والرمال والعيون الكبريتية وغير ذلك من هذه النواحي الطبيعية التي هي ضماناً ـ بإذن الله ـ من المواد الكيميائية التي يصنعها الإنسان.

* جاء في تقرير لمنظمة الصحة العالمية يوم ٥ نوفمبر عام ١٩٧٧م: أنه يجب الاستفادة من مصادر الطب الشعبي لتوفير الرعاية الصحية لشعوب العالم في عام ٢٠٠٠م وأن المعالجين التقليديين وتجار الأعشاب الطبية ومواد

العطارة يمارسون أعمالهم في كثير من دول العالم، وأن قطاعاً كبيراً من هذه الشعوب يلجأ إلى هذا النوع من العلاج كما أن الذين يمارسون العلاج في ماليزيا لا تختلف أساليبهم الشعبية في العلاج عن الدول المتقدّمة إلّا في الشكل فقط.

* إلّا أن هناك محاذير يجب أن نضعها في الاعتبار عند التفكير في العودة إلى منابع الطب الشعبي... فقد يعتقد البعض أن التفكير ما هو إلّا ردَّة في عالم العلاج بل يذهب بعض المغالين في تشاؤمه إلى الخرافات في بعض المناطق المختلفة من العالم أهي أساس هذا النوع من التداوي والتطبيب مثل الأحجبة والطقوس والتعاويذ المصاحبة لاستعمال تلك الأدوية وبذلك نساعد على عودة عادات قديمة خاطئة أو الاستمرار في معتقدات ضارة في مجال العقيدة أو الصحة وإنما الأمر يتطلب تضافر الجهود للتنبيه والتوجيه من جانب والدراسة العلمية المستفيضة لأسس الطب الشعبي من جانب آخر واقترانهما بحيث يمكن تصحيح المفاهيم الخاطئة وتجنب الأخطاء والابتعاد عن العادات السيئة والأخذ بالنافع.

* هناك عدة تجارب رائدة في كثير من الدول لكشف أسرار الطب الشعبي وأسلوب استعمال مواد العطارة الطبية والنباتات الطبية بغرض توجيه العاملين في مجال الطب الشعبي بأسلوب علمي عن طريق بث فيهم روح الرفض والإنكار للوصفات العلاجية التي لا يؤيدها الطب الحديث وزيادة تدعيم الوصفات التي يجد فيها خبراء الطب والصيدلة الفاعلية في علاج الأمراض والأساس في هذا التوجيه يعتمد على التجربة الدقيقة والاختبارات الصحيحة لتجنب الأعشاب والمواد الضارة.. وكشف المزيد من الفوائد للبعض الآخر وأفضل التجارب الرائدة في هذا المجال ما تجريها الهند والصين حيث يوجد هناك كليات ومعاهد متخصصة في الطب الشعبي تابعة لكليات الطب وهي التي تعمل

على تخريج جيل من الأطباء المتخصصين في العلاج بالأعشاب والمياه المعدنية والوصفات الشعبية وغيرها.

* جاء في توصيات الندوة الدولية لتاريخ الصيدلة عند العرب في مدينة الإسكندرية في الفترة من ٥ ــ ٩ ديسمبر ١٩٧٨؛ أن الأبحاث العلمية الحديثة أثبتت أن العديد من الوصفات العلاجية المستخدمة منذ العصور القديمة الخاصة بعلاج أمراض السكر والروماتيزم والسرطان يجب أن تستعمل لاستنباط علاجات جديدة لخير المسلمين.

* ولهذه الأسباب وغيرها من الأفكار كان لا بد من الخروج لمحاولة جادة لإلقاء الأضواء على حقيقة أحد مجالات العلاج الطبيعي للتعرف على أسرار العلاج بالأعشاب والخروج من الدائرة المغلقة للطب التقليدي لمحاولة الوصول لبعض الحلول الملائمة للعلاج الفعال لكثير من الأمراض التي ربما عجزت وسائل الطب الكلاسيكي عن شفائها.

* وقد يعتقد البعض أن العودة إلى الأعشاب والنباتات في معالجة الأمراض هو ضرب من التخلف والردة. . . وقد يتساءل البعض الآخر: كيف نستخدم الأعشاب التي كان يستخدمها أجدادنا في الوقت الذي قطع فيه الطب أشواطاً بعيدة في الصحة والعلاج. . ؟

ونحن نقول بدورنا إن هذا السؤال كان سيحمل في مضمونه كثيراً من الحق، هذا إذا كنا فعلاً استطعنا بعد إرادة الله وتوفيقه أن نقهر المرض ونمنح الصحة والشباب والقوة إلى هؤلاء الذين يقاسون عناء المرض وشقاء الألم. . بل على العكس فإن الطب الحديث كثيراً ما يقف عاجزاً لا يملك لبعض الحالات منهم شيئاً من العلاج.

كما نقول بأنها قد تكون أيضاً ردة إلى الخلف وتخلفاً أن ندعو من

جديد إلى العلاج بالأعشاب إذا قلَّ عدد المرضى وظهرت الصحة على وجوه وأجساد بني البشر. . لكن بيد أن ما يحدث هو العكس، فالأدوية العديدة التي يتناولها المرضى أضرت قوى الجسم الطبيعية وعملت على إضعاف قدرتها على الفتك بالمرض (المناعة) أما الأمر الأخطر من ذلك فهو أن الأدوية في أغلب الأحيان تعمل على إخفاء أعراض المرض فقط مثل ارتفاع درجة الحرارة والصداع والألم مثلاً بينما يبقى أساس المرض كامناً ليتحول من الحالة الحادة إلى الحالة المزمنة. . لذلك أصبحنا نرى ازدياداً مستمراً في نسبة الأمراض كالروماتيزم والسكر والنقرس وارتفاع ضغط الدم وغيرها. . .

* كما لا يخفى أن الأدوية الحديثة ما هي إلَّا أشكال مركزة للمادة الفعالة الكيميائية من العشب أو النبات وبالتالي فلا يخفى ما لهذا التركيز الذي يتناوله المريض من مخاطر وأضرار.

* وتوضيحاً لذلك نذكر مثالاً واحداً لكي يتضح للقارىء الكريم أن كل نبتة أو عشبة هي في الواقع صيدلية كاملة بما تحتويه من مواد فعالة قد توزعت بنسب وضعها الله سبحانه وتعالى بميزانٍ أدق من ميزان الذهب دلالة على حكمة الخالق وتقدير العظيم. . . وهذا مثالنا عن هذا النبات المعروف بالبصل:

فأية قيمة طبية وغذائية للبصل. . ؟

البصل من الأطعمة المعروفة وهو يحتوي ضمن ما يحتوي على أنواع من مادة «الفيرمنت» وهي العامل الهاضم للغذاء في عصارة المعدة والأمعاء. . كما أنه يحتوي على مادة «الكوكونين» التي لها ما للأنسولين من قدرة على تنظيم عملية إحراق المواد السكرية في الجسم واستهلاكها ويحتوي عصير البصل على زيت عطري وهو الذي يكسبه رائحته الخاصة المميزة له، هذا الزيت مطهر قوي المفعول يقتل جراثيم القيح بأنواعها وجراثيم التيفوئيد

والحمرة الخبيثة والدمامل أو يفقدها الكثير من حيويتها كما يحتوي هذا النبات (البصل) على أملاح تقوي الأعصاب وتجلب النوم كما يحتوي على مواد أخرى تقي الشرايين من التصلب وتراكم الأنسولين في سن الشيخوخة عليها وتحسن بذلك الدورة الدموية بما في ذلك الشريان التاجي في القلب مصدر الذبحة الصدرية وسببها. . . وأخيراً يحتوي البصل على مواد تزيد القوة الجنسية وتغذي بصيلات الشعر وتحول دون سقوطه.

* إن هذه الفوائد الطبية الجمة والعظيمة مختزنة في بصلة واحدة فهل يمكن لعقار واحد أن يمتلك هذه الفوائد مجتمعة وهذه الخواص التي تفيد ما ذكرناه في حالات مرضية. .؟

لقد نشأ فن استخدام الأعشاب والنباتات الطبيعية على يدي العطارين وكانوا يعملون علي بيع الأعشاب وأصناف العطارة المتداولة للعلاج الشعبي وقد تم تقسيم أصناف ومواد العطارة إلى مجموعات مختلفة باختلاف كل نوع حسب ما يعالجه من الأمراض هذا بالإضافة إلى استخدامها لحالات الضعف العام والأنيميا وسوء التغذية وقد خضع كثير من الأعشاب والنباتات للبحوث المعملية العلمية الكثيرة التي أثبتت صدق وصحة ما ورد بهذا الكتاب وما يزال البحث قائماً أيضاً على الكثير من الأنواع الأخرى التي تكتشف حديثاً.

• • •





العلاج بالعسل

لقد عثر على جثة طفل مغمورة في إناء مملوء بالعسل وذلك من أحد أهرامات الفراعنة في مصر ــ وذلك إن دل على شيءٍ إنما يدل على ما في العسل من خصائص وأسرار عجيبة جعلت جثة هذا الطفل لا تتعفن ولا تعطب طيلة فترة زمنية بلغت ٤٥٠٠ سنة وذلك بأمر الله الذي أودع في العسل شفاء من كل داء وصدق الله العظيم إذ يقول في سورة النحل:

﴿ يَخْرُجُ مِنۢ بُطُونِهَا شَرَابٌ مُّخْتَلِفٌ أَلْوَٰنُهُۥ فِيهِ شِفَآءٌ لِّلنَّاسِ ﴾

[الآية ٦٩ من سورة النحل].

فالنحل يسعى بوحي من الله ليجمع من رحيق الزهور ذلك الشراب الذي يستقبله في بطنه ليخرجه من فمه عسلاً وقد أودع فيه خلاصة النباتات الطبية مع تجهيزها لتصبح بلسماً شافياً من كل داء.

فعن ابن عباس رضي الله عنهما قال: قال رسول الله ﷺ: «الشفاء في ثلاث شربة عسل وشرطة محجم وكية بنار: وأنهى أمتي عن الكي» [رواه البخاري].

وقد كان رسول الله ﷺ ــ على ما جاء في كتاب زاد المعاد في هدي

خير العباد ـ يشرب العسل مخففاً بالماء على الريق ويا حبذا لو شرب العسل على الريق بماء زمزم فإنه الدواء الجامع والبلسم النافع لكل داء للوقاية من كل وباء بإذن الله تعالى.

وقد جاء في سنن ابن ماجه مرفوعاً من حديث أبي هريرة رضي الله عنه: «ومن لعق ثلاث غدوات كل شهر لم يصبه عظيم البلاء»[1].

وكيف لا وقد ثبت علمياً وعملياً ومعملياً أن البكتيريا لا تعيش في العسل لاحتوائه على مادة البوتاس وهي التي تمنع عن البكتيريا الرطوبة التي هي مادة حياتها.

ومن عجيب ما يتكون منه العسل الآتي:

* لن تصدق أن حلاوة السكر الموجود في العسل هي أضعاف حلاوة السكر المصنَّع وأن أنواع السكر في العسل أكثر من خمسة عشر نوعاً مثل: سكر الفواكه وسكر العنب وسكر القصب وسكر الشعير كما توجد فيه فيتامينات قد تكون هي كل ما يحتاجه جسم الإنسان من فيتامينات وهي: أ ـ ب، أ ـ ب٢، ب٣، ب٥، ب٦، د، ك، هـ، وفوليك أسيد وحمض النيكوتنيك وتلك الفيتامينات أقوى وأنقى الفيتامينات التي يحتاجها الجسم ويمتصها بسهولة خلال ساعة من تناول العسل خلافاً للفيتامينات المتوافرة والمتفرقة في مأكولات أخرى وهي أضعف وأبطأ من فيتامينات العسل.

* كما توجد أيضاً في العسل معادن وأملاح، كالحديد والبوتاسيوم والكبريت والمغنسيوم والفسفور والكلسيوم واليود والصوديوم والكلور والنحاس والكروم والنيكل والرصاص والسيلكا والمنجنيز والألومنيوم واليورون والليتوم والقصدير والخارصين والتبتان، والعجيب أن هذه مكونات التراب الذي منه خلق الله الإنسان.

---

(١) أخرجه الشيخان: البخاري ومسلم.

* ويوجد بالعسل خمائر وأحماض هامة جداً لجسم الإنسان لحياته وحيويته منها خميرة الأميليز وخميرة الأنفرتيز والكاتليز والفوسفاتيز واليوركسيد، أما الأحماض فيوجد في العسل حمض النمليك واللبنيك والليمونيك والترتاريك والأوكساليك والبيرجروتاهيك والجلوفيك. . . وسبحان الله العظيم الذي جعل فيه هذه العناصر.

* ويوجد بالعسل هرمونات قوية منشطة وفعالة ولذلك وجد به مضادات حيوية تقي الإنسان من كافة الأمراض وتفتك بأعتى الجراثيم والميكروبات بإذن الله واكتشف بأن العسل مادة الدوتوريوم «هيدروجين ثقيل» المضادة للسرطان ولنرى بعضاً من الأمراض التي يعالجها العسل بإذن الله.

(١) الحساسية:

* يضاف على فنجان ـ (قهوة أو شاي) ـ من العسل الفزلين ودهن الورد ويدهن المكان الموجودة به الحساسية صباحاً ومساءً. . مع تجنب المثيرات للحساسية كالبيض والمانجو. . إلخ وحبذا أخذ ملعقة عسل يومياً مع الدهان فهو شافي بإذن الله.

(٢) لجمال المرأة وبهاء الوجه:

* يدهن الوجه بالعسل ويكون الجسم في حالة استرخاء لمدة ربع ساعة ثم يغسل الوجه بماء دافىء ويجفف ثم يدهن بقليل من زيت الزيتون وتكرر هذه العملية لمدة أسبوع متواصل وبعد ذلك سوف يشع الوجه بالنضارة والاحمرار وعلى المرأة أن تنتقب ولا تبدي وجهها إلاّ لزوجها ومحارمها. . . وإلاّ تعد آثمة لأن النقاب لكل امرأة مسلمة واجب.

(٣) للجــروح:

* يـدهن الجـرح بعسـل النحـل مـع تضميـده وتجنب البلل ولا تنتـزع الضمادة إلاَّ كل ثلاثة أيام وستفاجأ باندمال الجرح وشفائه بلا تقيحات.

(٤) للحــروق:

* يؤتى بـالعسل ويخلط بقـدر من الفزلين ويـدهن به الحـرق صبـاحـاً ومسـاءً حتى يتقشر الجلد ولسـوف تجد بقـدرة الله سبحـانـه وتعـالى أن الجلد وكأنه لم يـصـب بالحـرق من قبل أو نضـرب بيضة في ملقعـة من العسل ويدهن بذلك مكان الحرق يومياً فإنه مفيد كذلك.

(٥) عـلاج الأرق:

* كوب من الحليب الدافىء ويُحلَّى بملعقة أكل من عسل النحل ويشرب قبل النوم بساعة.. بعدها سرعان ما ستنام نـوماً هـادئاً ممتعـاً حتى أذان الفجر إن شاء الله تعالى.

(٦) للأمراض النفسية والجنون:

* لـو داوم على أكل العســل وسلم ظهره للدغ النحـلات ودهن اللدغة بـالعسل بعـد ذلك واستمـر على هذه الـطريقة ولـو كـل شهـر مـرة مـع استمرارية أكل العسل ومضغ شمعه ودهن مؤخرة الرأس بغذاء الملكات قليلاً فلن ينقضي عام بإذن الله إلاَّ ويهنأ بحياته.

(٧) للصــرع:

* يشرب على الريق يومياً فنجان قهوة صغيـر من العسل وفي المسـاء، ويقرأ ما تيسر من القرآن على كوب ماء ساخن مُحَلَّى بالعسـل ويشرب،

وبعد ذلك ينام المريض ويستمر على ذلك لمدة أسبوع وسوف ينتهي منه الصرع بقدرة الله تعالى.

(٨) لجميع أمراض العيون:

* يكتحل بعسل النحل صباحاً وقبل النوم مع تناول ملعقة أكل صغيرة منه بعد ذلك يومياً.

(٩) للحموضة:

* يُبلعُ فص ثوم على الريق بكوب من الحليب محلًى بملعقة عسل لمدة خمسة أيام أو يشرب الحليب كوباً عند اللزوم وحبذا الإكثار منه.

(١٠) لعلاج الإسهال:

* إن حديث الرسول ﷺ يذكرنا بعظم فوائد العسل... فهذا رجل جاء للرسول ﷺ وقال له: أخي استطلق بطنه.. فأمره ﷺ بأن يسقيه عسلاً وكان الرجل مستعجلاً لشفاء أخيه ورجع الرجل للنبي ﷺ وهو يقول: لقد سقيته فلم يزده إلَّا استطلاقاً فرد عليه الرسول ﷺ قائلاً: «صدق الله وكذبت بطن أخيك» وعلى ما جاء في مسلم هذا الرجل لم يصبر حتى يهضم العسل وظن أن الأمر كالماء يروي الظمآن بمجرد شربه ونسي بأن العسل غذاء ودواء يجب أن نصبر عليه ولو ساعة لهضمه حتى يؤدي فاعليته، وبالفعل رجع الرجل إلى أخيه فوجده قد شفي تماماً. فالعسل من الأدوية الفعّالة لعلاج الإسهال كما ثبت.

(١١) للإمساك:

* يؤخذ له كوب من الحليب البارد المذاب فيه ملعقة من العسل صباحاً ومساءاً فإنه يلين المعدة ويطهرها تطهيراً تاماً.

(١٢) لعلاج القيء :

* يغلى القرنفل جيداً ويحلى بعسل ويشرب فنجان ـ قهوة ـ قبل كل أكل فإنه يوقف القيء ويمنع الغثيان.

(١٣) للقرحة :

* يؤخذ نصف كوب قهوة عسلاً وكوب حليب ساخن ويمزجان معاً بطحين قشر الموز المجفف ويؤخذ منه قدر ملعقة صباحاً ومساءً لمدة شهر.

(١٤) للأمراض الصدرية :

* يؤخذ عصير الفجل مع ملعقة عسل في كوب ماء دافىء صباحاً ومساءً فإنه يقضي على الأمراض الصدرية وينظف الصدر تماماً.

* وكذلك لو أخذ لبان ذكر (لبان شمرى) مغلي في ماء ومحلى بعسل فإنه أقوى وأنشط للرئتين بإذن الله.

(١٥) لعلاج رائحة الفم :

* تؤخذ ملعقتان كبيرتان من العسل ويتم إذابتهما في ماء ويغلى هذا الخليط على نار هادئة حتى يتكون البخار ثم يستنشق عن طريق الفم بواسطة قمع مقلوب فوق الإناء. . . وتكرر هذه الجلسة مع استمرارية مضغ شمع العسل ولن تطول المدة حتى تجد مع الأيام زوال رائحة الفم بقدرة الله تعالى.

(١٦) بحـة الصـوت:

* تجـري نفس العملية السـابقة مـع الاستنشاق عن طـريق الفم مـع الغرغرة بماء مذاب فيه عسل وقليل من الملح وخلال ثـلاثة أيـام على الأكثر تضيع بحة الصوت.

(١٧) الانفلـونـزا:

* يستنشق بخـار مغلي العسل والبصـل قبل النـوم مـع شـرب ملعقـة عسل بعد كل أكل، والمغلي عبارة عن عسل مع مبشور بصلة صغيـرة ويوضع هذا الخليط بإناء به ماء ويسخن على نار هادئة حتى يتبخر.

(١٨) للقـوبـاء:

* يعصر الشبت ويلقى بقدر فنجان في نصف كوب عسـل ويغلى معاً ثم يحفظ في برطمان وتدهن به القوباء فسيزيلها بإذن الله سريعاً.

(١٩) آلام اللثة وتقوية الأسنان:

* يخلط العسل بالخل ويتمضمض به صباحاً ومسـاءً وكذلـك تدلـك اللثة بالعسل ويستعمل السواك كفرشاة الأسنان والعسل كالمعجون فإنه يحفظ الأسنان من التسوس ويقوي اللثة والأسنان معاً.

(٢٠) للدوالـــي:

* لجميع الدوالي وقرحتها يستعمل العسل كدهان ثـلاث مرات يـومياً مع المساج برفق مع شرب ملعقة بعد كل أكل ويستمر على ذلك حتى تزول الدوالي تماماً.

(٢١) للقرحة المتعفنة والغرغرينا:

* يؤخذ فنجان من العسل وفنجان من زيت كبد الحوت ويمزجان جيداً ويدهن من هذا الخليط بعد تنظيف الجرح بمطهر ـ (عسل في ماء دافىء) ـ ويضمد بعد ذلك عليه بشاش وتكرر هذه العملية يومياً مع شرب العسل بكمية وافرة قدر فنجان يومياً.

(٢٢) للأورام الخبيثة:

* يستعمل غراء النحل لذلك وذلك بتضميد الورم بالغراء مع التنظيف المستمر والتغيير يومياً عليه مع أخذ ملعقة عسل صباحاً ومساءً قبل الطعام.

(٢٣) الربو:

* يؤخذ كمية من العسل قدر فنجان وزنجبيل وخل قدر ملعقة من كل صنف ويلقى مع العسل في إناء به ماء ويذاب جيداً ويشرب على الريق يومياً فإنه بعون الله خلال أسابيع يشفى الربو تماماً.

(٢٤) السل الرئوي:

* يمزج شراب الورد بقدر من العسل ويشرب فنجان قهوة من هذا الخليط صباحاً ومساءً ويدهن الصدر والعنق بزيت الزيتون المضروب في العسل قبل النوم ويستمر في ذلك حتى يشفيه الله سبحانه وتعالى.

(٢٥) لتقوية عضلة القلب:

* تؤخذ ملعقة عسل من حين لآخر وتذاب في قليل من الماء المغلي فيه قشر الرمان فإنه يقوي القلب جيداً وكذلك لو أخذ من غذاء

الملكـات قـدر ثـلاث قـطرات ومن العنبـر فـإن ذلــك يقـوي القلب وينشطه .

(٢٦) لعلاج إلتهابات عضلة القلب والرعشة :

* يشرب على الريق يومياً كوب من الماء البارد المحلى بملعقتين من العسل ويستمر على ذلك لمدة أسبوع حتى تنتهي الرعشة تماماً .

(٢٧) لغـط القلـب :

* بعد كل أكل يومياً ولمدة شهر فقط تناول ملعقة عسل بعـدها ممكن شرب كوب عصيـر جزر أو عصير قمح منبت يشفى القلب تماماً .

(٢٨) لالتهابات الفم وأمراض اللسان :

* تـوضع ملعقـة عسل في نصف كـوب ماء سـاخن ويتم الغرغـرة به ثلاث مرات يومياً فإنه يقضي على ذلك خلال أيام قليلة .

(٢٩) لأمراض الأذن وآلامها :

* يمـزج العسل بـالماء مـع قليل من الملح ويقـطر به في الأذن قبـل النوم يومياً .

(٣٠) للرومـاتيزم :

* يشـرب العسل مـذاباً بملعقـة صغيـرة من دهن الحبـة السـوداء في كوب ماء دافىء وذلك مع الدهن كذلك بمزيج من دهن الحبة السوداء وزيت الكافور وزيت الزيتون بمقـادير متسـاوية مـع العسل وذلـك قبل النـوم مع لف مكـان الألم بقماش من الصـوف دون ضغط ، وكـذلـك لسعـة النحل تقضي على الـروماتيـزم تمامـاً في مكان الألم ثم يـدهن بعدها بالعسل (مكان اللسعة) .

(٣١) **الإستسقاء:**

* يشرب مغلي الكندر (اللبان الذكر) المحلى بعسل النحل صباحاً ومساءً ويمكن كيَّة بسيطة أعلى وأسفل الصرة بقدر أنملة فإنه مجرب لتصفية الاستسقاء تماماً، والاعتماد على الشوفان والعسل وخبز القمح لمدة ثلاثة أيام فقط.

(٣٢) **للثعلبة:**

* يُحلق مكانها وينظف جيداً حتى تدمى ثم تدهن بسم النحل ويلصق عليها ضماداً ويتم التغيير عليها يومياً في نفس الميعاد ولمدة أسبوع فقط.

(٣٣) **للكالو:**

* يوضع غذاء النحل بعد تسخينه على الكالو ويربط بإحكام ويترك لمدة ثلاثة أيام حتى يسقط الكالو بجذوره.

(٣٤) **للحصوة الكلوية:**

* يطبخ ورق خبازي بري ثم يضاف إليه ثلاث ملاعق عسل وملعقة سمن بقري ويصفى جيداً بعد خلطه معاً ويشرب منه كوب عند المغص الكلوي ويستمر على ذلك لمدة أسبوع حتى تتفتت الحصى تماماً.

(٣٥) **لجميع أمراض الكبد:**

* يؤخذ لحاء البلوط بعد طحنه جيداً بمقدار ملعقة وتعجن في فنجان عسل وتؤخذ على الريق يومياً لمدة شهر بلا انقطاع.

(٣٦) للقوة والحيوية والشباب:

* إنها نصيحة ذهبية فلا تدع يوماً يمر بك دون ملعقة من العسل وكأنه الماء واعتبرها عادة على مدار العمر في أي وقت تشاء من النهار أن تتناولها وفي هذا يقول ابن سينا: إذا أردت أن تحتفظ بشبابك فاطعم عسلاً وكذلك لو غلى ورق الجوز جيداً ثم يصفى ويحلى بالعسل ويشرب كالشاي يومياً فهو منشط قوي ومن وصايا الأستاذ (أبو الفدا محمد عزت) في الصحة والعافية يقول: أن الاعتدال في كل شيء هو ميزان الحياة وأن الطيبات من الرزق هي سر القوة والعافية وأن الأخلاق الفاضلة هي مقوم الصحة النفسية وأن الشمس والهواء الطلق والرياضة هي وقاية من الداء والدواء وحبذا لو أكل كل شيء خلقه الله أو زرعه ناضجاً وطازجاً مع الحذر من الأدوية الكيميائية التي تهدم ما تبني والحذر من المهلكات الثلاث السهر والهم وكثرة السهاد.

(٣٧) لأمراض النساء والولادة:

* لو شربت المرأة عند بداية الطلق فنجاناً من العسل فإنها ستلد بإذن الله تعالى بيسر وسهولة وعليها أن تكثر من أكل العسل بخبز القمح البلدي بعد الولادة ولإدرار الطمث والقضاء على آلامه يشرب كوب من الحلبة المغلية جيداً بعد تحليتها بعسل في الصباح والمساء، **والدش المهبلي بالعسل والماء** الدافىء مريح جداً للمرأة.

(٣٨) للقوى التناسلية:

* يؤخذ ماء البصل وذلك بدق ثلاث بصلات وعصرها جيداً بقدر من العسل وعلى نار هادئة يقلب حتى يصل لانتهاء رغوة العسل ويوضع بعد ذلك في قارورة وتؤخذ ملعقة بعد الغداء يومياً وإن عجنت بالحبة

السوداء فإنه يقوي ولو كان كهلاً كبيراً وكذلك مع بذور الفجل وتؤكل كالمربى.

(٣٩) للعقم:

* يؤخذ غذاء الملكات (جديد) أي فور استخراجه ويشرب بعده كوب من حليب البقر عليه برادة قرن وحيد القرن قدر ثلاثة مللي جرام ويستمر على ذلك لمدة شهر كامل وإن شاء الله يمنحه الله الذرية بعد ذلك.

(٤٠) للسرطان:

* يؤخذ غذاء الملكات من الخلية مباشرة قدر مائة مللي جرام كل أسبوع مرة ويبلع العسل بشمعه كل يوم قدر فنجان مع تدليك الجسم بالعسل ودهن الحبة السوداء ثم الاغتسال بماء دافىء بعد ساعة ويشرب بعد ذلك طحين الحبة السوداء والعسل في عصير جزر يومياً.

(٤١) للبرص والبهاق:

* يخلط العسل بالنشادر ويدهن به يومياً وباستمرار يُشفي من البهاق والبرص تماماً.

(٤٢) للسموم:

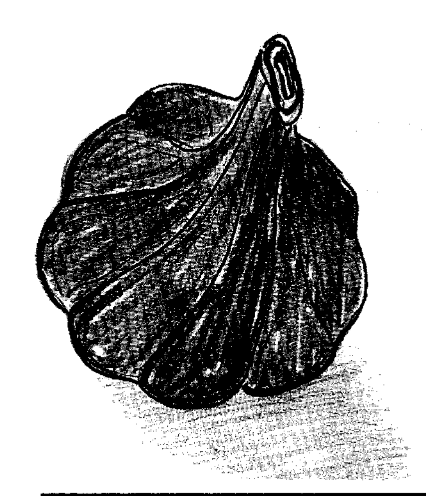
* تضاف ملعقة دهن السمسم على فنجان عسل ويشرب ذلك صباحاً وفي المساء يشرب العسل المذاب في كوب حليب ساخن يحتوي على قطرات من العنبر ويكرر ذلك يومياً لمدة ثلاثة أيام مع الحمية عن أكل اللحوم.

(٤٣) للبروستاتا:

* يؤخذ يومياً غذاء الملكات من الخلية مباشرة قدر خمسين مللي جرام مع حمام للمكان بماء دافيء مذاب فيه عسل وذلك مساءً لمدة شهر.

• • •

العلاج بالثوم



الثوم يعتبر مضاداً حيوياً طبيعياً لاحتوائه على مادة الليسين (ALLICINE) والجارليسين (GARLICINE) ذات التأثير الفعال ضد الميكروبات العنقودية. . . ولهذا فهو يعتبر علاجاً حيوياً لكثير من الأمراض والبلايا. .

(١) للسموم:

* يهرس خمسة فصوص ثوم وتخلط بفنجان عسل مذاب في مغلي الحبة السوداء ويشرب فوراً ويكرر صباحاً ومساءً وبعدها سيتم الشفاء بإذن الله.

(٢) كمطهر للمعدة:

* يبلع على الريق فص ثوم مقطع ويشرب بعده كوب من الشمر المحلى بعسل ويكرر ذلك يومياً لمدة أسبوع.

(٣) كمذيب للكولسترول وكمانع من الجلطة:

* أثناء تناولك لطعام الغذاء يومياً أخلط السلاطة بقدر فصين مهروسين

من الثوم وتناولهما مع السلاطة يومياً لأنه ثبت بالفعل أن الثوم علاج فعال لضغط الدم وإنما يجب أن تنبه إلى أنه عند انضباط الضغط يتوقف تناول الثوم حتى لا ينخفض الضغط وبالتالي فمن يعاني من الانخفاض فلا يستعمل الثوم بقدر الإمكان. .

وقد قام البروفيسور الألماني (هان رويتر) بإدخال زبد يحتوي على كميات من زيت الثوم إلى جماعة من المتطوعين فوجد أن نسبة الدهون في دمائهم وكذلك الكوليسترول انخفضت بدرجة ملحوظة عن نسبتها لدى أفراد لم يتناولوا الثوم.

(٤) مدر للبول ومطهر للمجاري البولية:

* **يغلى الشعير غلياً جيداً وبعد أن يبرد يخلط بثلاثة فصوص مهروسة من** الثوم ويشرب بعد ذلك على الريق يومياً مع الإكثار من شرب الليمون (عصير) بعدها والسوائل غير الغازية.

(٥) لعلاج الأميبا والدوسنتاريا:

* تؤخذ حبة بعد تقطيعها يومياً من الثوم بعد كل أكلة لمدة أسبوع وتشرب ملعقة زيت زيتون بعد ذلك.

(٦) لسوء الهضم والغازات والمغص:

* يشرب عصير كمثري مخلوط فيه ثلاثة فصوص من الثوم قبل النوم يومياً أو وقت المغص مع دهن البطن بزيت الثوم المخلوط بزيت الزيتون.

(٧) لعلاج التيفود:

* يقطع خمسة فصوص من الثوم وتخلط في حليب ساخن محلى

بعسل ويشرب قبل النوم مع دهن العمود الفقري للمريض والأطراف بزيت الثوم الممزوج بزيت الزيتون وفي الصباح يستنشق بخار الثوم لمدة خمس دقائق.

(٨) **للقروح المتعفنة:**

* يدق الثوم حتى يصبح كالمرهم ويضمد به على الجرح كما يمكن تطهير الجروح بمزج الثوم المهروس في ماء دافىء وينظف بهذا الماء الجرح وبهذه الطريقة يقضي على الميكروبات الموجودة بالجرح.

(٩) **الدفتيريا:**

* يمضغ فص ثوم كاللبان دون بلع لمدة ثلاث دقائق ثم يبلع بعد ذلك ويكرر هذا بعد كل أكل يومياً ويستنشق بعد هذا بخار الثوم المغلي في ماء لمدة ثلاث أوخمس دقائق مع الاحتراز من التعرض للبرد.

(١٠) **للثعلبة:**

* تؤخذ عجينة الثوم ويعجن فيها قدر ملعقة صغيرة من البارود حتى تصبح كالمرهم الأسود ثم نشرط الثعلبة بشفرة معقمة حتى يبدو الدم ثم يوضع المرهم ويضمد فوقه وتكرر هذه العملية لمدة خمسة أيام متوالية وبهذا تموت الثعلبة وينمو الشعر.

(١١) **أقوى علاج للروماتيزم:**

* يدق رأس الثوم بعد تقشيره ثم يعجن في عسل مع ملعقة حلبة ناعمة حتى يصبح كالدهان بعد خلطه جيداً ثم يوضع كلبخة على مواضع الروماتيزم من المساء حتى الصباح مرة أو مرتين فينتهي الروماتيزم تماماً.

(١٢) للأعصاب:

* يقطع فص ثوم ويبلع بحليب ساخن عليه قطرات من العنبر على الريق يومياً فهو يقوي الأعصاب ويجعلها هادئة تماماً.

(١٣) للصمم:

* تدق سبعة فصوص من الثوم ثم توضع في زيت الزيتون ويسخن على نار هادئة وبعد أن يفتر قليلاً يُقطّر منه في الأذن قبل النوم مع سدها بقطعة قطن، وتنزع صباحاً وتكرر هذه العملية يوماً بعد يوم وليس يومياً.

(١٤) للأنفلونزا:

* يشرب عصير البرتقال والليمون المضروب في سبعة فصوص ثوم ويشرب هذا العصير على الريق يومياً مع استنشاق مغلي الثوم قبل النوم وبعد مرة أو مرتين تنتهي الأنفلونزا بإذن الله.

(١٥) للزكام والرشح:

* بلع فص ثوم بعد كل أكل مع شرب عصير الثوم بالليمون مع استنشاق بخار الثوم فإنه عجيب في معالجة أمراض البرد.

(١٦) للسرطان:

* توجد في الثوم مادة الألبين وهي مضادة للسرطان ولذلك أنصح كل مرضى السرطان بالإكثار من أكل الثوم والجزر باستمرار.

(١٧) للسعال الديكي:

* تقطع فصوص الثوم قدر حفنة يد وتلقى في ماء مع قليل من الملح

ليزداد البخار ويستنشق البخار قبل النوم وتتم التدفئة حتى الصباح وتكرر هذه العملية كل مساء لمدة أسبوع.

(١٨) للسل الرئوي:

* يؤخذ كل صباح ثلاث حبات فصوص وتهرس في قطعة خبز وتؤكل على الريق وفي المساء يستنشق بخار الثوم كوصفة السعال الديكي ويستمر ذلك لمدة شهر.

(١٩) للكوليرا:

* للوقاية من الكوليرا عند انتشارها تؤخذ ملعقة من معجون الثوم في عسل بعد كل أكل.

(٢٠) لطرد الديدان:

* تدق ثلاث حبات ثوم وتوضع في حليب. وتشرب بدون سكر مساء قبل النوم وفي الصباح تؤخذ شربة خروع وتكرر هذه العملية من حين إلى آخر فإن ذلك ينظف المعدة من الطفيليات.

(٢١) للجرب:

* تؤخذ خمسة فصوص ثوم وتفرم ثم تعجن في شحم ويدهن به مكان الجرب من المساء إلى الصباح الذي يؤخذ فيه حمام مع الاستمرار على ذلك تباعاً لمدة أسبوع فإنه ينقي الجسم تماماً.

(٢٢) لتفتيت الحصوة:

* يؤخذ عصير ليمون وزيت زيتون وحفنة بقدونس (أوراق مقطعة) من كلٍّ قدر فنجان ومن الثوم نصف فنجان مهروس ويخلط ذلك معاً ويؤخذ منه ملعقة قبل النوم يومياً ويعقبها شرب كمية من الماء.

(٢٣) للقشـرة :

* تدق ثلاثة رؤوس ثوم حتى تكون كالعجين ثم تعجن في خـل التفاح وتعبأ في قارورة ثم تترك لمدة أسبـوع في الشمس ثم يدهن منهـا بعد ذلك الرأس مع التدليك لمدة أسبـوع فإنـه سيقضي على القشرة وينعم الشعر مع ملاحظة الدهن بزيت الزيتون بعد ذلك أي بعد الأسبوع .

(٢٤) لتقوية الذاكرة ومنشط عام :

* تضرب ثلاثـة فصـوص من الثوم في الخـلاط مع ثـلاث حبات من الـطماطم وقليـل من الملح ويشـرب كعصيـر مثلج في أي وقت فـإنـه مقوي للنشاط العقلي والجسدي .

(٢٥) لتقوية اللثة ومنع تساقط الأسنان :

* تفرم كمية من الفصوص المقشرة ويدلك بها اللثة بأصبع السبابة ثم يتمضمض بمـاء مغلي به بقـدونس لتطييب رائحـة الفم بعد ذلـك مـع استعمال اللبان أو النعناع .

(٢٦) لتقوية القدرة الجنسية :

* يؤخذ الثوم ويهرس ثم يسوى في زيت زيتـون على نار هـادئة حتى يصفـر لونـه ثم يعبأ في قـارورة صغيرة وعنـد الحاجـة يدهن بـه جـذر الأحليل (العانة) بمساج دائري ولا يغسل إلاَّ بعد ساعة .

(٢٧) للصـــداع :

* يـدهن بقليل من زيت الثـوم مكان الصـداع فإنـه سيزول وكـأنه لم يكن مع أخذ فص مقـطع بقليل من المـاء ليساهم في تقليـل وتقليص الألـم والإحساس به .

(٢٨) للـدوخـة:

* عجة البيض بالثوم وزيت الزيتون تقضي على الدوخة تمامـاً وتؤكل ثلاث مرات في ثلاثة أيام متتابعات وهي كالعجـة العاديـة تمامـاً ولكن يوضع فيها الثوم بديلاً عن البصل مع قليل من الملح والبهارات.

(٢٩) **مسكن لألم الأسنان:**

* يـوضع نصف فص ثـوم على مكـان الألم وينتـظر قليـلاً فسـرعـان ما يذهب الألـم تماماً وإن كـان الألم في الفك كله فيـوضع فص الثـوم داخل صوان الأذن جهة الفك الذي يعاني الألم.

(٣٠) **لبناء العضلات والقوة:**

* يؤخذ كل يوم على الريق كوب حليب كبير مذاباً فيـه فص أو فصان من الثوم المفروم ولمدة شهر على التوالي ويتوقف فتـرة شهر ثم يعـود فإن ذلك يبني جسداً قوياً ولو كان صاحبه كبيراً في السن.

(٣١) **لتصلب الشرايين وضغط الدم:**

* يدق الثوم ويلقى في زيت الزيتون ويترك لمدة أربعين يـوماً مغـطى في الشمس ثم تؤخذ منه ملعقة على الريق لمدة أربعين يوماً.

(٣٢) **للوقاية من الطاعون والإيدز:**

* عليك بعصير الثوم وذلك بخلط ثـلاثة فصوص في كوب من العسل يومياً مع الماء فإنه شفاء بإذن الله.

(٣٣) **للعـيـون:**

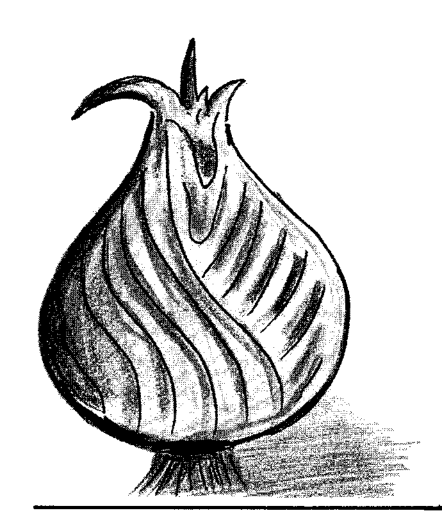
* يمضـغ ورق الثوم فقط ثم يـوضع على العين صبـاحاً ومسـاءً فإنـه يشفى حتى الرمد.

(٣٤) لعلاج ضغط الدم المرتفع :

* إذا أخـذ منه فص واحـد على الريق ويـرجع السبب في ذلـك إلى تخفيض نسبة الدهنيات والكوليسترول بالـدم والواقـع أن الثوم لا يقـوم فقط بخفض ضغط الـدم المرتفـع بل إنـه يقـوم بتنشيط حـركـة القلب وتنبيه الدورة الدموية.

• • •

العلاج بالبصل



البصل يعد من أقدم الخضروات التي عرفها الإنسان واستخدمها في طعامه.

وقد عرفوه ملطفاً ومحمراً للجلد خصوصاً وجه الإنسان إذا دلك به كما أن بذوره تذهب البهاق وله فوائد عديدة وعلاجات متعددة لعدة أمراض من أهمها:

(١) للسعال الديكي:

* يطبخ البصل في ماء مغلي يذاب فيه سكر نبات حتى يتم عقده ويصبح كالعسل ويوضع في قارورة ويؤخذ منه ملعقة بعد كل أكل وللأطفال ملعقة صغيرة ثلاث مرات يومياً.

(٢) للربو:

* يُشرب فنجان صباحاً ومساءً من مزيج العسل وعصير البصل ويستمر على ذلك لمدة شهر كامل فإنه مفيد للغاية في علاج الربو بإذن الله.

(٣) التهـاب الرئـة :

* توضع لبخـة بصل مسخن فـوق الصدر مـع لفها بقمـاش وذلك قبـل النوم يومياً فهو علاج للقضاء على الالتهاب الرئوي إن شاء الله تعالى .

(٤) للبـر وستاتا :

* ينقع البصل بعد تقطيعه في خل التفاح لمدة ثلاثة أيام ثم يشرب منـه فنجان على الريق لمدة عشرة أيام متتالية .

(٥) عسـر التبـو ل :

* يقـطع البصـل حلقـات وتسخن وتـوضـع لبخـة فـوق الجنب الأيمن والأيسـر على الكليتين وفوق المثـانة وأسفـل السرة مـع شرب عصيـر البصل والليمون والعسل في ماء ساخن مرة أو مرتين .

(٦) للقـوة والنشـاط :

* يشرب عصير البصل المخلوط بعصير الطماطم وعليه قليل من الملح فـإنه يقـوي ويجدد النشـاط في أي وقت ويسلق البصل مـع لحم الضأن ويضـرب بعد ذلـك معاً في الخـلاط مـع كـوب قمـح مستنبت ويشـرب كـالمرق بعـد الغذاء بسـاعتين فإنـه يمنح الجسم قـوة ونشاطاً وحيـويـة وتطحن بذور الفجل ويعجن في عصير البصل ويؤكل ذلك بـزيت زيتون مع الجبنة والزعتر الناعم فإنه مقوي جداً .

(٧) للقـوة التناسليـة :

* يؤتى بكوب عسل ونصف كوب بصل ويغلى معـاً حتى يتبخر البصـل وذلك بانعدام رائحته تماماً وتؤخـذ بعد ذلـك منه ملعقـة عقب كل أكـل

وكذلك أكل البصل المشوي بالفستق وطلع النخيل والعسل فإنه عجيب.

(٨) للأمراض النفسية:

* يسلق البصل بقشره ويؤكل بعد ذلك أو يؤخذ عصير البصل مع عصير الخس مع ملعقة عسل ويضرب هذا الخليط في الخلاط ويشرب مثلجاً.

(٩) للسرطان:

* يؤخذ قشر البصل بعد تجفيفه جيداً في الشمس ثم يطحن مع قدره وزناً من لحاء البلوط ويعجنان في العسل وتؤخذ منه ملعقة بعد كل أكلة مذابة في عصير الجزر يومياً لمدة شهر متواصل ومع ذلك يستنشق بخار البصل قبل النوم لنفس المدة.

(١٠) للروماتيزم:

* يدلك مكان الألم ببخار البصل مع زيت الزيتون قبل النوم وذلك بتقطيع بصلة كبيرة في إناء به ماء ويغلى ذلك لوضع المكان المصاب فوق الإناء ليتلقى البخار بزيت الزيتون ويتم التدليك وفي الصباح وتؤخذ ملعقة صغيرة من الزعتر المجفف المعجون بالعسل بقدر فنجان لمدة أسبوع.

(١١) للكدمات والرضوض:

* يمزج عصير البصل مع قدره من زيت الكافور ويدلك بذلك المزيج مكان الإصابة صباحاً ومساءً مع عدم التحرك وإجهاد العضو المصاب.

(١٢) لالتئام الكسور وتخفيف آلامها:

* تطبخ شوربة بصل في نخاع العظام وخاصة الإبل وإن لم يتوفر فعظام البقر وتشرب كالمرق في الغذاء يومياً وبعد فك الجبيرة يكثر من أكل البصل فإن ذلك يقوي الأعصاب ويساعد على سرعة التحام الكسر.

(١٣) للقروح السرطانية:

* يؤخذ عصير بصل قدر فنجان ويؤخذ القراص وهو عشب يعرفه الفلاحون وتعصر أوراقه قدر ملعقة وتضاف على عصير البصل وتعجن فيها كمية من الحناء بحيث يصبح على هيئة مرهم وتدهن به القروح السرطانية كل يوم مع الإكثار من شرب مزيج القراص والبصل قدر ملعقة صغيرة من كل منهما يعقب ذلك شرب كوب حليب محلى بالعسل.

(١٤) للدمامل:

* يفرم البصل ويسخن في زيت الزيتون دون أن يصفر ويوضع كالمرهم ويضمد عليه ويغير عليه مع التنظيف يومياً حتى إذا تم إخراج الصديد منها استعمل دهن الحبة السوداء لالتئامها تماماً.

(١٥) للجروح المتعفنة:

* يفرم البصل ويعجن في زيت زيتون أو عسل ويدهن به الجرح يومياً فإنه شفاء بإذن الله.

(١٦) للدوالي:

* يوضع لبخة البصل المبشور مع قدرها من السنفوطن بعد فرمها

ويكثر هذا النبات على ضفاف الترع والأنهار ويضمـد عليهما معـاً بعد خلطهما من المساء إلى الصباح يومياً لمدة أسبوع.

(١٧) لتورم الأصابع في الشتاء:

* توضع لبخة البصل المسخن على اليد أو القدم المصابة مسـاءً قبل النوم وحتى الصباح ثم تنـزع وتغسل اليـد ثم تدهن بـزيت الزيتـون مع التدليك.

(١٨) للصـداع:

* يغلى مبشور البصل مـع قـرنفل مطحـون ومعجون من زيت زيتـون ويترك حتى يبرد ثم يصفى ويؤخذ الزيت ويدلك به مكان الصـداع مع شرب ملعقة منه قبل النوم وذلك العلاج مقوي للأعصاب بإرادة الله.

(١٩) لحبـوب الشبـاب:

* تؤخـذ بصلة وتسلق ثم تهـرس وتعجن في دقيق قمـح (دقيق حب) وتضرب فيها بيضة مع ملعقـة زيت سمسم ويدهن بعـد ذلك من هـذا الدهان صبـاحاً ومسـاءً للوجه مـع الإكثار من أكـل البصل لتنقيـة الدم وتنظيف المعدة.

(٢٠) للأكــزيمـا:

* يؤخذ عصير البصل ومثله من الزعتر البري ويصنـع من ذلك كـريم يدهن به بعـد مسح الأكـزيمـا بمحلول خـل مخفف جداً وتكـرر ذلك يومياً مع الإكثار من أكل الفواكه والخضروات الـطازجة وخميـرة الخبز والعسل.

(٢١) لسرطان الجلد :

* يؤخذ عصير بصل وطحين حلبة وكبريت أصفر قدر ربع ملعقة صغيرة ويصنع من ذلك مرهم ويدهن به يومياً وبعد أن يغسل مساء يدهن بزيت الزيتون ويستمر على ذلك لمدة أسبوع.

(٢٢) أمراض الكلى والحصى :

* تؤخذ بصلة بدون أن تقشر ويحشى فيها طحين نوى البلح بعد تحميصه كالبن وتسوى بذلك ثم تؤكل مرة كل يوم لمدة أسبوع فإنه يقضي على الالتهابات الكلوية ويطرد الحصى والأملاح.

(٢٣) الاستسقاء :

* يشرب فنجان من مرق البصل بعد كل أكل والمرق يطبخ بسلق ثلاث بصلات لمدة ربع ساعة في قدر من الماء ثم يصفى.

(٢٤) الكحة للكبار والصغار :

* تؤخذ بصلة وتفرم وتلقى في كوب عسل لمدة ثلاث ساعات ثم يصفى العسل ويؤخذ منه ملعقة بعد كل أكل لتنقية الدم والجسم من الأملاح وتعود أن تأكل ولو بصلة مع الجبنة وزيت الزيتون فهذا منظف أكيد للجسم ومنقي للدم.

(٢٥) البول السكري :

* تؤكل بصلة يومياً فإنها تخفض السكر ثم يؤكل بعدها بذر الكرنب فهذا يقضي على السكر البولي تماماً.

(٢٦) للدفتيـريـا:

* يفرم البصل ويسخن تسخيناً جافاً على نار هـادئة ثم يـوضع لبخـة على الحنجـرة وأسفل الفـك السفلي يوميـاً وممكن أن نلصق بضمـادة عليهـا من الشاش مـع أخذ عصيـر البصل بـالليمـون وبالماء الـدافىء صباحاً ومساءً.

(٢٧) التهـاب اللـوز:

* توضع لبخة بصل مسخن حـول العنق وفوق الحنجـرة مع الغـرغرة بعصير البصل والعسل ثلاث مرات يومياً.

(٢٨) لأمـراض العيـون: الأذن

* تـوضع لبخـة بصل مفـروم مسخن خلف صيـوان الأذن ويقـطر من عصير البصل وزيت الزيتون في الأذن صباحاً ومسـاءً مع التنـظيف في كل مرة.

(٢٩) الـطـحـال:

* يشوى البصل بقشـره بعد حشـوه بالحبـة السوداء والشمـر ثم تؤكل البصلة كسنـدوتش مـع زيت الـزيتـون وقليـل من الجبن أو الـطحـال المشوي فإنه يفيد الطحال جداً ويمكن أكل ذلك كل يومين أو ثلاثة.

(٣٠) لتسـاقط الشعـر:

* يؤخذ عصير البصـل ويدلـك به فـروة الرأس قبـل النوم مـع الغسل صباحاً بماء دافىء حتى يتوقف سقوط الشعر.

(٣١) للدوخـــة :

* تحشى بصلة بالكسبرة وتشوى في الفرن بقشرها بعد سد رأسها ثم تؤكل بما فيها كالسندوتش مع جبنة أو زبدة وسـدها بـالرأس هنـا يعني أي بفجل الجذور.

(٣٢) لأمـراض العيـون :

* يمزج قدران متسـاويان من عصيـر البصل والعسـل ويقطر من هـذا المزيج في العين فهو خير قطره للعيون.

(٣٣) الماء الأبيض في العين :

* يقـطر صباحـاً ومساءً في العين من مـزيج عصيـر البصـل والعسـل بمقادير متساوية فإنه مجرب وفعال.

(٣٤) لإنقاص الوزن والرجيم :

* للتمتع بجسم رياضي رشيق ولإذابة الشحوم والقضـاء على الكرش والترهلات وذلك للرجال والنساء عليكم باتباع الآتي :

(١) نشرب يومياً ملعقة صغيـرة من عصير البصـل ويمكن مزجهـا في عصير الفواكه.

(٢) رجـل أسد وهـو نبات يبـاع في محـلات العـطارة (لوف السبـع) ويشرب مستحلب صباحاً ومساءً.

(٣) وعلينا بقيام الليل مع محاولة التأمل في القـرآن الكريم فيمـا يقرأ وعدم العشاء إلَّا بكوب زبادي فقط مع بعض الفواكه.

(٤) الإكثار من المشي والتمارين الرياضية.

(٣٥) للزكـام:

* تـوضع لبخـة من البصـل المسخن فـوق العنق نـاحيـة الشعـر مـع استنشاق بخار البصل وذلك بغلي بصلة مقطعة في ماء على نار هادئة.

(٣٦) للأنفلـونـزا:

* تؤكل بصلة كبيرة مساء قبل النوم وتؤكل بعدها ليمونة بقشرها.

(٣٧) للسـعـال:

* يغلى عصير البصل مع مثله من العسل وتشرب ملعقة مع كل أكـل وتوضع لبخة البصل على الصدر بضماد من الورق قبل النوم.

(٣٨) لهبوط ضغط الدم:

* يؤخـذ عصير البصـل قدر ملعقـة وجنستـا الصبـاغين ويصنـع منهم مستحلب وذلـك بإضـافة ملعقـة من كل منهمـا على كوب مـاء ساخن ويشرب كالشاي مساء قبل النوم.

(٣٩) للذبحـة الصدريـة:

* يـدلك الصـدر بزيت بصـل ويشـرب مستحلب أم ألف ورقـة على الريق ويصنع المستحلب كالشاي الثقيل أي يوضع في براد ماء ساخن وتغطس لمدة خمس دقائق ثم تصفى وتشرب.

(٤٠) لسـوء الهضـم:

* تسلق بصلة بقشرها ثم يلقى عنها القشر وتهـرس في عسل وتؤكـل في ساندوتش مع العسل وتكرر مرة أو مـرتين وكذلـك لو أكـل البصل بالتمر والشمر والحبة السوداء والزعتر بالجبنة.

(٤١) لطـرد الغازات :

* يشرب عصير البصل ممزوجاً بمغلي الحلبة المحلاة بعسل أو سكر نبـات ويشرب مـرة واحـدة في اليـوم والبصـل المخلل مجـرب لـطرد الغازات .

(٤٢) للإمســـاك :

* تعصـر بصلة في لبن ويشرب فهـذا يفك الإمسـاك ويضبط حـركـة المعدة .

(٤٣) للمغـص الكلـوي :

* تشـرب ملعقة بصـل وملعقة خـل بعد مـزجهما فـإن المغص ينتهي خـلال دقائق وكـذلك وضـع لبخة من مبشـور البصل مـع دهن النعناع أو القرنفل على مكان المغص .

(٤٤) للإســهـال :

* يخلط قـدر من البن مع مبشـور البصل وملعقـة عسل ويؤكـل قـدر فنجـان وتكون المقـادير متسـاوية وهـذا يمنـع الإسهـال ويقضي عليـه بإذن الله وتوفيقه .

(٤٥) لطـرد الديـدان :

* يحقن المصـاب بحقنة شـرجية بمغلي البصـل بعد التصفيـة وذلك يقتل ويطرد الديدان .

(٤٦) للقوى الحيوية والنشاط :

* يشوى البصل بقشره ثم يقشر ويعجن في عسل وسمن بري ويوضع

في خبز قمح بلدي مثل الساندوتش ويؤكل في الفطار ويتبعه نصف لتر من الحليب.

(٤٧) **لتطهير الفم :**

* ثبت أن مضغ البصل لمدة دقائق كافٍ جداً لتطهير الفم من جميع الميكروبات بما فيها الميكروبات المرضية كميكروب الدفتيريا.

(٤٨) **لتطهير الجروح :**

* استخدام بخار البصل في تطهير بعض الجروح كمطهر وقد أمكن شفاؤها بإذن الله.

(٤٩) **الوقاية من الجلطة :**

* يمنع البصل الدم من التجلط في شرايين القلب وبذلك يعتبر البصل من الأدوية الوقائية الهامة للمحافظة على سلامة القلب ومنع حدوث الأزمات والذبحات الصدرية.

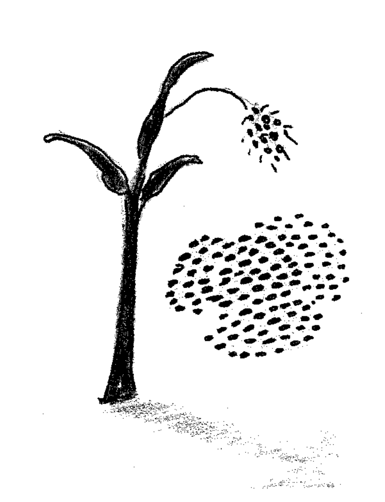
* * *

كيفية إعداد لبخَات البصل :

وفي ختام حديثنا عن البصل وفوائده والأمراض التي يقوم بمعالجتها رأيت أن أكشف عن كيفية عمل اللبخات التي تستخدم لمعالجة السعال الديكي والتهابات الرئة والدمامل وذلك على النحو التالي : يتم تجهيز اللبخة بتقطيع البصل إلى شرائح أو يفرم البصل ثم يسخن ويغطى الموضع المراد معالجته بشرائح أو مفروم البصل المسخن ويربط بقطعة من القماش ثم يلف الموضع بعد ذلك بقطعة أكبر من قماش الصوف لحفظ الحرارة مع تجديد اللبخة كل ١٢ ساعة.

• • •

العلاج بالحبة السوداء



الجزء الذي يستخدم طبياً من الحبة السوداء (حبة البركة) هو زيتها الذي يستخرج منها بعد النضوج والجفاف ويعرف نضوجها بسواد لونها ومنافعها بصفة عامة عديدة جداً ويؤكد هذا حديث رسول الله ﷺ حيث قال: «عليكم بهذه الحبة السوداء فإن فيها شفاء من كل داء إلاَّ السام» متفق عليه.

ومن فوائدها الكثيرة:

(١) لتساقط الشعر:

* يعجن طحين الحبة السوداء في عصير الجرجير مع ملعقة خل مخفف وفنجان زيت زيتون ويدلك الرأس بذلك يومياً مساءً مع غسلها بماء دافىء وصابون صباحاً.

(٢) للصداع:

* يؤخذ طحين الحبة السوداء مع نصفه من القرنفل الناعم والنصف الآخر من الينسون ويخلط ذلك معاً ويؤخذ منه عند الصداع ملعقة على لبن زبادي مع دهان مكان الصداع بزيت الحبة السوداء.

(٣) لـلأرق:

* ملعقة من الحبة السـوداء تمزج بكـوب من الحليب الساخن المحلى بالعسل وتشرب.

(٤) للدوخة وآلام الأذن:

* قطرة دهن الحبة السوداء للأذن ينقيها ويصفيها مع استعمالها كشراب مع ذلك ودهن الصدغين ومؤخرة الرأس للقضاء على الدوخة بإذن الله.

(٥) للقـراع والثعلبـة:

* تؤخـذ ملعقة حبـة سـوداء مـطحـونـة جيـداً وقـدر فنجـان من الخـل المخفف وعصير ثـوم قدر ملعقة صغيرة ويخلط ذلك ويكـون على هيئة مـرهم يدهن بـه بعد حلق المنـطقة من الشعيـرات وتشريـطهـا قليـلاً ثم يضمـد عليها وتتـرك من الصباح للمسـاء ويدهن بعـد ذلك بـزيت الحبة السوداء وتكرر هذه العملية لمدة أسبوع.

(٦) للـقـوبـاء:

* تدهن القوباء بدهن الحبة السوداء ثلاث مرات يومياً حتى تـزول بعد أيام قليلة بقدرة الله تعالى.

(٧) لأمراض النساء والولادة:

* من أعـظم المسهلات للولادة تكـون الحبة السـوداء المحـلاة بعسـل ومغلي البـابونـج والحبة السوداء دواء موضعي عـظيم الفائـدة للنسـاء مـع استعمال قطرات من دهن الحبة السوداء في كل مشروب سـاخن لجميع الأمراض النسائية.

(٨) **للأسنان وآلام اللوز والحنجرة:**

* مغلي الحبة السوداء واستعماله مضمضة وغرغرة مفيد جداً لكل أمراض الفم والحنجرة مع سف ملعقة على الريق وبلعها بماء دافىء يومياً والدهن بزيتها للحنجرة من الخارج واللثة من الداخل.

(٩) **لأمراض الغدد واضطراباتها:**

* يؤخذ لذلك الحبة السوداء الناعمة وتعجن في عسل مضافاً إليه قطرات من غذاء ملكات النحل يومياً لمدة شهر.

(١٠) **حب الشباب:**

* تؤخذ لذلك حبة سوداء ناعمة وتعجن في زيت سمسم مع ملعقة طحين قمح ويدهن من مجموع ذلك الوجه مساء وفي الصباح يغسل بماء دافىء وصابون مع تكرار ذلك لمدة أسبوع والأفضل أخذ دهن الحبة السوداء على مشروب ساخن.

(١١) **لجميع الأمراض الجلدية:**

* يؤخذ دهن الحبة السوداء ودهن الورد وطحين القمح البلدي بمقادير متساوية من نوعي الدهنين وكمية مضاعفة من الدقيق ويعجن فيهما جيداً وقبل الدهن يمسح الجزء المصاب بقطنة مبللة بخل مخفف ويعرض للشمس ثم يدهن من ذلك يومياً مع البعد عن مسببات الحساسية كالبيض والسمك والمانجو.

(١٢) **للبهاق والبرص:**

* يحتاج إلى خل مخلل قليلاً وحناء وحبة سوداء وطحين جلد حرباء جاف (يباع لدى العطارين) ويؤخذ من كل قدر ملعقة ويعجن في إناء

في قدر من الخل الكافي لصنع مرهم من تلك الأشياء ويدهن به الجلد وتكرر هذه العملية لمدة شهر وتضمد من المساء إلى الصباح وتعرض الأماكن للشمس في النهار.

(١٣) لجمال الوجه:

* تعجن الحبة السوداء الناعمة في زيت الزيتون ويدهن الوجه بذلك المعجون مع التعرض لأشعة الشمس قليلاً مع الاحتراز من الشمس اللافحة.

(١٤) لسرعة التئام الكسور:

* شربة عسل وبصل مع بيض مسلوق وملعقة كبيرة من الحبة السوداء الناعمة تمزج بهذه الشربة يوماً بعد يوم وتدلك الأطراف المجاورة للكسر بعد الجبيرة بزيت الحبة السوداء وبعد فك الجبيرة يدلك الجزء المصاب بزيت الحبة السوداء الدافىء يومياً.

(١٥) للكدمات والرضوض:

* تغلى حفنة من الحبة السوداء غلياً جيداً في إناء ماء ثم يعمل حمام للعضو المصاب يغطي فيه لمدة ربع ساعة أو أكثر مع تحريك العضو المصاب ذاتياً بعد ذلك يدهن الحبة السوداء وبدون رباط مع تحري عدم التحميل عليه أو إجهاده وذلك قبل النوم يومياً.

(١٦) للروماتيزم:

* يسخن زيت الحبة السوداء ويدلك به مكان الروماتيزم تدليكاً قوياً وكأننا ندلك العظام ثم يُشرب بعد ذلك مغلي الحبة السوداء محلاة بقليل من العسل قبل النوم.

(١٧) للسكـر :

* ولعلاج مرض السكر تضاف الأصناف الآتية إلى الحبة السوداء قدر كـوب من طحينها : ١ ــ ملعقـة كبيـرة من المـرة النـاعمـة، ٢ ــ حب الرشاد قدر نصف كوب، ٣ ــ كوب من الرمـان المطحـون، ٤ ــ ومن جـذر الكرنب المـطحون بعـد تجفيفه قـدر كوب، ٥ ــ ملعقـة حلتيت صغيرة . . ويخلط كل هـذا ويؤخذ على الـريق قدر ملعقـة وذلك على لبن زبادي .

(١٨) لارتفاع ضغط الدم :

* مع تناول مشـروب ساخن فعليـك بقطرات من دهن الحبـة السوداء وتدهن جسمك كله في حمام شمس بزيت الحبة السوداء ولو مرة كـل أسبوع .

(١٩) للالتهـابات الكلويـة :

* نصنع لبخة من طحين الحبـة السوداء المعجـونة في زيت الـزيتون على الجهة التي بها الألم مع سف ملعقة حبة سوداء يومياً على الـريق لمدة أسبوع فقط .

(٢٠) لتفتيت الحصوة وطردها :

* تؤخذ الحبة السوداء قدر فنجـان وتطحن ثم تعجن في كـوب عسل وتفـرم ثلاث حبـات من الثـوم وتضـاف إلى ذلـك الخليط وتقسم إلى ثلاثة أجزاء ويتناولها المصاب على ثلاث مرات قبل الأكل يومياً وتكـرر ويعقب كل مرة تناول ليمونة كاملة بقشرها .

(٢١) لعسر التبول :

* يدهن بدهن الحبة السوداء فوق العانة قبل النوم مع شرب كوب حبة سوداء مغلي ومحلى بالعسل بعد هذا يومياً قبل النوم .

(٢٢) لمنع التبول اللاإرادي :

* يحتاج لمنع التبول اللاإرادي الحبة السوداء مع قشر البيض المنظف والمحمص والمطحون ويخلط مع الحبة السوداء ويشرب منه ملعقة صغيرة على كوب من اللبن يومياً لمدة أسبوع وفي أي وقت.

(٢٣) الاستسقاء :

* توضع لبخة من معجون الحبة السوداء في الخل على السرة مع وضع شاشة أولاً مع تناول ملعقة من الحبة السوداء صباحاً ومساءً لمدة أسبوع .

(٢٤) لإلتهابات الكبد :

* يؤخذ لالتهابات الكبد ملعقة من طحين الحبة السوداء مع قدر ربع ملعقة من الصبر السقرطي ويعجنان في عسل ويؤكل كل ذلك يومياً على الريق لمدة شهرين متتابعين.

(٢٥) الحمى الشوكية :

* يعطى المحموم الحبة السوداء مع شرب دهنها مع عصير الليمون صباحاً ومساءً.

(٢٦) للمرارة وحصوتها :

* ملعقة حبة سوداء وربع ملعقة مرة ناعمة وكوب من العسل ويخلط

حتى يصير كالمربى ويؤكل الخليط صباحاً ومساءً مع تكرار ذلك يومياً.

(٢٧) للطحال:

* توضع لبخة على الجانب الأيسر أسفل الضلوع من معجون الحبة السوداء في زيت الزيتون بعد تسخينها وذلك في المساء ويشرب المريض في نفس الوقت كوب مغلي الحلبة المحلاة بعسل وتوضع فيه ٧ سبع قطرات من دهن الحبة السوداء لمدة أسبوعين متتاليين.

(٢٨) لكل أمراض الصدر والبرد:

* توضع ملعقة كبيرة من زيت الحبة السوداء في إناء به ماء ويوضع على النار حتى يحدث البخر ويستنشق المريض البخار مع وضع غطاء فوق الرأس ناحية الوعاء للتحكم في عملية الاستنشاق وذلك قبل النوم يومياً مع شرب مغلي الزعتر الممزوج بطحين الحبة السوداء صباحاً ومساءً.

(٢٩) للقلب والدورة الدموية:

* الإكثار من تناول الحبة السوداء أكلاً وشرباً في أي وقت.

(٣٠) للمغص المعوي:

* يغلى الينسون والكمون والنعناع بمقادير متساوية غلياً جيداً ويحلى بسكر نبات أو عسل قليلاً ثم يوضع على هذا الخليط ٧ سبع قطرات من زيت الحبة السواء ويشرب ذلك وهو ساخن مع دهن مكان المغص بدهن الحبة السوداء وخلال دقائق يزول الألم بإذن الله.

(٣١) للإسـهـال :

* يتناول مريض الإسهال عصير الجرجير ممزوجاً بملعقة من الحبة السوداء الناعمة ويشرب من ذلك كوباً ثلاث مرات يومياً حتى يتوقف الإسهال.

(٣٢) الغـثـيـان :

* يغلى القرنفل مع الحبة السوداء جيداً ويتناوله المريض دون تحلية ثلاث مرات يومياً حتى يتوقف عنه الغثيان.

(٣٣) الغـازات والتقلصـات :

* يسف المريض ملعقة من الحبة السوداء الناعمة على الريق يتبعها كوب من الماء الساخن مذاب فيه عسل قصب قدر ثلاث ملاعق يومياً لمدة أسبوع.

(٣٤) للحـمـوضـة :

* قطرات من دهن الحبة السوداء على كوب لبن ساخن محلى بعسل أو سكر نبات وتنتهي الحموضة تماماً.

(٣٥) للقـولـون :

* يأخذ المريض بالقولون قدر ملعقة من الحبة السوداء الناعمة وملعقة من العرقسوس ويضرب في عصير الكمثري بجذورها وهذا كعلاج للقولون.

(٣٦) لأمـراض العيـون :

* يدهن بزيت الحبة السوداء الأصداغ بجوار العينين والجفنين وذلك

قبل النوم مع شرب قطرات من الزيت على أي مشروب ساخن أو عصير جزر عادي.

(٣٧) للأميبا:

* تؤخذ ملعقة حبة سوداء ناعمة مع ملعقة ثوم مهروس ويمزج ذلك في كوب دافىء من عصير الطماطم المملح قليلاً ويتناوله المريض يومياً على الريق لمدة أسبوعين متتابعين.

(٣٨) للبلهارسيا:

* يتناول مريض البلهارسيا ملعقة حبة سوداء صباحاً ومساءً ويمكن الاستعانة بقطعة خبز أو جبن ليتناولها المريض مع دهن الحبة السوداء للجنب الأيمن قبل النوم لمدة ثلاثة أشهر.

(٣٩) لطرد الديدان:

* يتناول المريض ساندوتش ساخن من هذه المكونات:

ملعقة حبة سوداء ناعمة وثلاث حبات ثوم وملعقة زيت زيتون وبعض البهارات وعشر حبات لب أبيض وفي الصباح يأخذ المريض شربة شمر أو زيت خروع مرة واحدة فقط.

(٤٠) للعقم:

* ثلاثة أشياء لمعالجة العقم وهي الحبة السوداء المطحونة وحلبة ناعمة وبذر فجل بمقادير متساوية ويتناولها ملعقة صباحاً ومساء معجونة في نصف كوب عسل ثم يتبعها شرب كوب حليب كبير من حليب النياق.

(٤١) للبروستاتا:

* يدهن بدهن الحبة السوداء أسفل الظهر ويدهن أسفل الخصيتين بتدليك دائري مع أخذ ملعقة حبة سوداء ناعمة مع ربع ملعقة صغيرة من المره على نصف كوب عسل محلول في ماء دافىء يومياً وفي أي وقت.

(٤٢) للربو:

* يستنشق بخار زيت حبة البركة صباحاً ومساءً مع أخذ سفوف قدر ملعقة قبل الأفطار يومياً من مطحون الحبة السوداء صباحاً ومساءً أيضاً مع دهن الصدر والحنجرة بالزيت قبل النوم يومياً.

(٤٣) للقرحة:

* تمزج عشر قطرات من زيت الحبة السوداء بفنجان من العسل وملعقة قشر الرمان المجفف ومطحون ويؤكل ذلك يومياً على الريق يتبعه تناول كوب حليب غير محلى لمدة شهرين دون انقطاع.

(٤٤) للسرطان:

* يدهن بدهن الحبة السوداء ثلاث مرات يومياً مع أخذ ملعقة بعد كل أكل من طحين الحبة السوداء على كوب من عصير الجزر ويستمر ذلك بانتظام لمدة ثلاثة شهور.

(٤٥) للضعف التناسلي:

* يؤخذ قدر ملعقة من طحين الحبة السوداء ويضرب في سبع بيضات بلدي يوماً بعد يوم لمدة شهر كامل.

(٤٦) للضعف العام:

* يطحن قدر كوب من الحبة السوداء مع مثله من الحلبة وملعقة صغيرة من العنبر المحلول ويخلط بالعسل حتى يصبح كالمربى ويتناولها المريض بخبز القمح البلدي في أي وقت.

(٤٧) لفتح الشهية:

* تناول قبل الطعام بدقائق ملعقة صغيرة من الحبة السوداء وقم بطحنها بأضراسك وتناول بعدها فنجان من الماء البارد مضاف إليه قطرات من خل التفاح.

(٤٨) لعلاج الخمول والكسل:

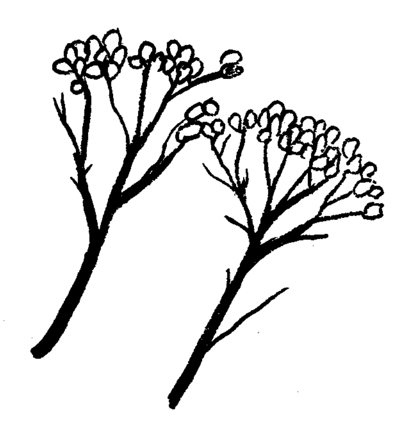
* تناول عشر قطرات من دهن الحبة السوداء ممزوجة بكوب من عصير البرتقال على الريق لمدة عشرة أيام.

(٤٩) للتنشيط الذهني وسرعة الحفظ:

* يغلى النعناع ويضاف إليه بعد تحليته بالعسل سبع قطرات من دهن الحبة السوداء ويشرب دافئاً في أي وقت فإنه مفيد لسرعة الحفظ وتنشيط الذاكرة.

• • •

العلاج بالبابونج



جاء البابونج ضمن الوصفات العلاجية المكية كعلاج لحالات الحكة والالتهابات الجلدية والجرب والأورام كدهان موضعي وللبابونج فوائده كبيرة وعديدة منها:

(أولاً): الاستعمال الداخلي:

(١) كعلاج للاضطرابات المعوية والتهابات الأمعاء:

* يستخدم مغلي البابونج بطريقة مركزة لفترات طويلة بجرعات متساوية بمعدل نصف ملعقة بابونج لكل كوب.

(٢) لتسكين آلام المعدة:

* يستخدم مغلي البابونج بنسبة أربعين جم من زهرته بالإضافة إلى ٣٠ جرام تربخان ويؤخذ من هذا الخليط مقدار ملعقتين شاي لصنع كوب من المشروب.

(٣) لحالات المغص والإسهال عند الأطفال :

* يستخدم مغلي زهرة البابونج بمعدل نصف ملعقة لكل كوب من الماء المغلي .

(٤) لحالات قرحة المعدة :

* يتناول المريض مغلي البابونج ثم يستلقي على ظهره لمدة خمس دقائق ثم على الجانب الأيسر لمدة خمس دقائق أخرى ثم على البطن خمس دقائق وأخيراً على الجانب الأيسر لمدة خمس دقائق أيضاً .

(٥) التهاب اللوزتين وتقرحات الفم :

* يستخدم مغلي البابونج كغرغرة ثلاث مرات يومياً إلى أن تزول .

* * *

(ثانياً) : الاستعمال الخارجي :

(١) للروماتيزم والآلام العصبية والالتهابات الجلدية :

* يستعمل المريض البابونج كلبخات دافئة فوق أماكن الإصابة مع ضرورة تثبيتها برباط شاش .

(٢) لرمد العيون والقروح والأكازيما والجرب :

* تستخدم كمادات مغلي البابونج فوق الأماكن المصابة لمدة عشر دقائق ثلاث مرات يومياً .

(٣) لاحتقان الأنف والزكام والتهابات المسالك الهوائية :

* يستخدم مغلي البابونج على هيئة غرغرة كما يستعمل بواسطة تبخيره بعد غليه للاستنشاق .

(٤) للصداع النصفي وآلام الرأس :

* تستخدم حمامات دافئة للقدمين من مغلي البابونج لمدة عشر دقائق قبل النوم بحيث تجفف القدمان جيداً ويرتدي المريض جورباً من الصوف ثم يتناول كوباً من مشروب مغلي البابونج وينام في الفراش.

(٥) غسول للشعر الأشقر :

* يمكن لذوات الشعر الأشقر الانتفاع من فوائد أزهار البابونج في إكساب شعورهن لوناً زاهياً جميلاً وذلك عن طريق غسل الشعر بمغلي البابونج بنسبة ملعقة كبيرة منه لكل لتر ماء بمعدل مرتين أو ثلاث مرات أسبوعياً وذلك بدلاً من الشامبو الصناعي.

ـ وقد قال أبو بكر الرازي في البابونج قولاً جامعاً مانعاً وهذا نصه: (. . . يستخدم البابونج (الزيت) دهاناً في حالات التهاب المسالك البولية وتستعمل أزهاره ضمادات لتسكين أوجاع الكلى والمعدة وللالتهابات الرئوية ويستخدم مخلوطاً بالخطمى في أورام والتهابات المعدة والمريء).

ـ ويقول العلم الحديث عن البابونج بعد تحليله معملياً: تحتوي الرؤوس (الزهرة) على جلوكسيد يسمى «حمض الأنثيميك» مقوّي ومنقّي للدم ويساعد على الهضم كما يحتوي النبات على مادة تسمى «الأزولين» التي تعتبر المادة الفعالة التي تكسبه خواصه العلاجية وعلى مواد أخرى مرة مضادة للعفونة وطاردة للغازات المعوية ومسكنه للآلام التشنجية وكذلك على مادة «النوبيلين» المقوية للجسم والتي تزداد فعاليتها بمجرد غلي النبات.

• • •

العلاج بالبقدونس



البقدونس نبتة خضراء غنية بالكالسيوم والصوديوم والفسفور والحديد كما أنه مصدر جيد للفيتامينات أ، ب، ج، هـ . كما أنه مفيد للحفاظ على عمل الغدة الدرقية والغدة فوق الكلية.

ومن أهم فوائد البقدونس:

(١) حالات الجدري والالتهابات الكبدية وآلام الطمث والكلى وعسر التبول وإدرار اللبن:

* يستخدم عصير البقدونس الذي يمكن مزجه مع أي نوع من عصير الفواكه كشراب بمعدل كوب أو اثنين يومياً.

(٢) لإزالة حصى الكلى:

* يستخدم مغلي مسحوق البذور بنسبة ملعقة صغيرة من البقدونس لكل كوب من الماء ويشرب منه بمعدل كوب صباحاً وآخر مساءً.

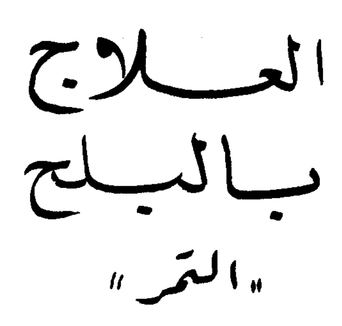
(٣) لحالات تصلب الشرايين والتواء المفاصل والتهابات العينين :

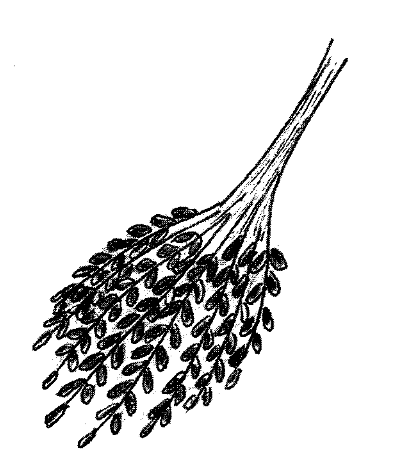
* تستخدم أوراق البقدونس المشوية المهروسة كلبخات موضعية فوق أماكن الإصابة.

(٤) لإزالة البقع الجلدية وتخفيف النمش :

* يستخدم غسول بمغلي الأوراق والجذور بمعدل (١٠) عشرة جرامات لكل فنجان ماء مغلي.

● ● ●





البلح غذاء متكامل. . فهو غني بالطاقة والفيتامينات والأملاح المعدنية اللازمة للجسم كالحديد والكالسيوم والصوديوم والبوتاسيوم ومن الناحية العلمية يعادل الكيلوجرام من التمر نفس القيمة الغذائية الموجودة في كيلوجرام من اللحم ومن أهم فوائد التمر:

(١) لعلاج حالات الأنيميا وضعف المعدة والأمعاء وعسر التبول والإمساك:

* يقوم المريض بتناول البلح الطازج أو المنقوع (الخشاف) والجرعة المناسبة كوب صباحاً على الريق وكوب مساءً قبل النوم.

(٢) العناية بالحامل ولسهولة عملية الولادة بدون ألم:

* تتناول المرأة الحامل البلح فهو يعتبر غذاء مثالياً لها وللمحافظة على صحة جنينها كما أن حرصها على تناول كميات من البلح قبل الولادة بأسبوع على الأقل يساعدها على زيادة انتظام انقباضات الرحم (الطلق) وخاصة أثناء الولادة دون شعورها بالألم.

وقال الأطباء العرب القدماء بأن البلح جيد للثة وهو يدر البـول إذا شرب بخل كما يمنع نزيف البواسير.

● ● ●



العلاج بطلع النخيل

لقد ذكر الأطباء العرب القدماء أن طلع النخيل مخلوط بالعسل كشراب يقوي الناحية الجنسية عند الرجال وهو يشفي حالات العقم عند النساء بالطرق الآتية:

الاستعمال الداخلي:

(١) لحالات الضعف الجنسي عند الرجال:

* يتناول المريض طلع النخيل مخلوطاً بالعسل والجرعة المناسبة ثلاث ملاعق يومياً على ثلاث فترات.

(٢) لحالات العقم النسائي:

* بالإضافة إلى تناول طلع النخيل مخلوطاً بالعسل بمعدل ثلاث ملاعق يومياً يستخدم طلع النخيل موضعي للنساء قبل النوم وهو علاج لحالات العقم عند النساء لأنه يحتوي على هرمونات جنسية ومنشط للغدد الجنسية كما أظهرت ذلك التحاليل المعملية والله أعلم.

• • •

العلاج بالترمس



يستعمل الترمس كعلاج للحالات الآتية:

(أولًا): الاستعمال الداخلي:

(١) لعلاج الإمساك وقتل الديدان المعوية:

* يستعمل مغلي مسحوق الترمس بمعدل كوب صغير يومياً على الريق قبل الإفطار.

(٢) لحالات احتباس البول ومرض السكر:

* يمكن للمريض تناول الترمس مملحاً كما هو معروف أو باستعمال مغلي مسحوقه بمعدل فنجان صغير ثلاث مرات يومياً.

* * *

(ثانياً): الاستعمال الخارجي:

(١) لحالات الجرب والبثور الجلدية:

* يستخدم مسحوق الترمس الناعم بطريقة الرش على الأماكن المصابة

أو مخلوطاً مع العسل كدهان موضعي في حالة عدم الحصول على زيت الترمس.

* * *

(ثالثاً): فوائد أخرى:

* ثبت علمياً بأن الترمس يحتوي على حوالي ٣٠٪ بروتين وألياف سليولوزية ومادة اللينين وهي مكونة من الكالسيوم والفوسفور وهي تفيد في حالات ضعف الأعصاب كما أثبتت التجارب وجود مادة هرمونية في الترمس وهي خلاصة الغدة المخية النخاعية ولها تأثير منشط مع انقباضات الرحم كما أثبتت التجارب المعملية الحديثة أن مسحوق الترمس قلوي مرطب للجلد ويساعد في علاج الكثير من الأمراض الجلدية كما يساعد على تفتيت حصوات الكلى والمسالك البولية وعلاج عسر البول كما اتضح أيضاً أن للترمس تأثيراً مخفضاً لضغط الدم المرتفع وتقليل نسبة وجود السكر في الدم.

● ● ●

العلاج بالتوت



يستعمل عصير التوت شراباً لعلاج البلهارسيا واضطرابات الجهاز الهضمي وحالات الكحّة والسعال الديكي كما أكد عمالقة الطب العربي القديم على فوائد التوت في علاج التهابات وقروح الفم والحلق وهذه إيضاحات لكيفية استخدامه لبعض الحالات :

(١) حالات الحميات والحصبة والتهاب الحنجرة :

* يستخدم عصير التوت كغرغرة وشراباً ثلاث مرات يومياً.

(٢) حالات الإسهال وطرد الديدان المعوية :

* يشرب مغلي جذور التوت بمعدل كوب يومياً على الريق صباحاً.

(٣) التهاب الفم والأمعاء والاضطرابات الهضمية :

* يستخدم مغلي الأزهار والأوراق الطازجة وأيضاً تؤكل ثماره طازجة لأن لها تأثيرات مطهرة .

(٤) لعلاج الضعف الجنسي ومرض السكر :

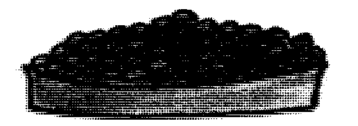
* تؤكل الثمار طازجة وتُشرب أيضاً كعصير ثلاث مرات يومياً.

(٥) لعلاج حب الشباب وتطهير وتنعيم البشرة :

* يستخدم التوت الطازج بعد هرسه على هيئة قناع للوجه لمدة عشرين أو ثلاثين دقيقة ثم يزال بعد ذلك بالماء الفاتر ويغسل الـوجه بمـاء الورد وتكرر هذه العملية مرتين أسبوعياً.

• • •

العلاج بالتمر الهندي (الحُمر)



يحتوي التمر الهندي على العديد من الأملاح المعدنية والفيتامينات والبروتين والدهنيات والمواد السكرية وحامض الليمون وجاء في حديث العطارين المكيين أن التمر الهندي علاج لمتاعب الأمعاء ولطرد الديدان المعوية، وهذه وصفات علاجية محددة لأمراض محددة:

(١) لحالات الإمساك والاضطرابات المعوية والكسل:

* يستخدم منقوع التمر الهندي كملّين لطيف ومبرد ومنعش في نفس الوقت والجرعات المسموح بها غير محددة.

(٢) لحالات زيادة حموضة الدم:

* نظراً لوجود العديد من الأحماض والأملاح المعدنية يستخدم منقوع التمر هندي كشراب نافع في تخليص الدم من حموضته الزائدة وطرد ما يحتويه من سموم.

(٣) لخفض درجة الحرارة والحميات الناشئة عن بعض أمراض البطن:

* يستخدم المكيون التمر هندي كمنعش ومبرد ومطهر للجسم من

الجراثيم نظراً لاحتوائه على المضادات الحيوية الطبيعية:

فوائد أخرى:

* ولقد أثبتت الدراسات العملية الأخيرة احتواء التمر هندي على المضادات القادرة على إبادة الكثير من السلالات البكتيرية المختلفة هذا بجانب فوائده كمليّن غير عنيف وضد حموضة المعدة وملطف وخافض للحرارة ولذلك نجد شركات الأدوية تضيف إلى بعض العقاقير الخلاصة المائية للتمر هندي إلى أدوية الأطفال والحميات على وجه الخصوص.

• • •

العلاج بالتيليو "الزيزفون"



مشروب مغلي التيليو من الوصفات الشعبية المعروفة لعلاج البرد والرشح في الشتاء ولكن ظهر حديثاً أن أوراق التيليو تحتوي على زيت طيار ومواد أخرى هلامية مع مواد مضادة للتشنجات.

ومن أهم ما يعالجه نبات التيليو:

(أولاً): الاستعمال الداخلي:

(١) إزالة الآلام العصبية وتنقية الكليتين وتهدئة الصدر:

* يستخدم لعلاج هذه الأمراض مغلي القشور والأزهار بدون جرعات محددة.

(٢) لعلاج الزكام والنزلات الشعبية والحميات الناتجة عن البرد:

* يستخدم مغلي أزهار النبات كخافض للحرارة بمعدل ملعقة صغيرة من الزهرة على كوب من الماء المغلي ويتناول المريض من ٢ إلى ٣ أكواب يومياً.

(٣) لعلاج عفونة الأمعاء والاضطرابات المعوية وإزالة البلغم:

* يستخدم فحم خشب الأغصان بمقدار ملعقة صغيرة صباحاً وأخرى

مساءً مع ضرورة استعمال مسهل لاستخراج ما امتصه الفحم من غـازات وسموم كما يحتوي التيليو على زيت طيار ومادة مضادة للتشنجات ومـادة تشتمل على هرمونات جنسية.

* * *

(ثانياً) ـ الاستعمال الخارجي:

(١) لسرعة شفاء القروح والجروح والحروق:

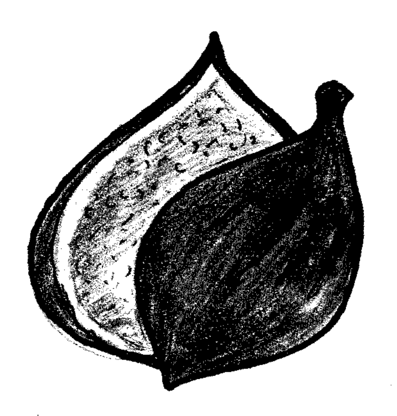
* يستخدم فحم خشب الأغصان وذلك عن طريق رش المسحوق مكان الإصابة يومياً على شكل مكمدات.

(٢) لتقوية وتنشيط الجلد:

* تستخـدم أزهار النبـات بمعـدل ٥٠جم + مـع ١٠ لتـرات من المـاء المغلي ويضاف هذا المـزيج إلى مـاء الحمام فقـد اتضح أن ذلـك يفيد جلد البشـرة جيداً وبـالنسبة لأزهـار التيليو فقـد تبين أنهـا تهـدىء الآلام العصبية.

• • •

العلاج بالتين



(أولاً) ـ الاستعمال الداخلي:

(١) حالات الإمساك المزمن وخاصة عند المسنين:

* يستخدم منقوع الثمار الجافة (خشاف) بمعدل ثلاث حبات في كوب من الماء البارد صباحاً على الريق والآخر مساء قبل النوم.

(٢) التهاب الجهاز التنفسي وحالات السعال الديكي:

* يتناول المريض ثلاثة أكواب يومياً بمعدل كوب قبل كل وجبة طعام من منقوع التين المجفف كما يستخدم لعلاج عسر التبول كمشروب أيضاً.

(٣) التهابات الحنجرة والقصبات الهوائية:

* يستخدم منقوع التين غرغرة ثلاث مرات يومياً.

* * *

(ثانياً): **الاستعمال الخارجي:**

(١) للحروق البسيطة والخراريج:

* تضمد ثمار التين بعد تقطيعها إلى شرائح ثم توضع فوق الأماكن المصابة وتثبت عليها بواسطة رباط نظيف من الشاش على أن تستبدل الثمار بغيرها صباح اليوم التالي.

(٢) لعلاج القروح والجروح المتعفنة:

* تضمد بثمار التين الجافة المغلية بالحليب العادي بحيث تُثبّت الثمار فوق الجرح مباشرة بواسطة رباط شاش على أن يجدد ثلاث مرات يومياً ويستمر العلاج من ٤ إلى ٦ أيام متتالية حتى تزول العفونة تماماً، وقد اتضح علمياً أن منقوع التين الجاف يساعد على إدرار البول وتنقية الدم أما تناول ثمار التين صباحاً على الريق يعتبر أفضل أنواع العقاقير الملينة على الإطلاق.

• • •

العلاج بالجرجير



الجرجير نبتة خضراء غنية بالمواد الغذائية والفيتامينات اللازمة لتجديد كريات الدم . . وهو علاج لحالات كثيرة من التعب والمعاناة والألم . .

ومن أهم ما يعالجه الجرجير :

(١) حالات عسر التبول والطمث والبثور الجلدية وحب الشباب :

* يستخدم مغلي الجرجير بمعدل حزمة مع بصلة كبيرة مبشورة ويتناول المريض نصف كوب صباحاً على الريق ونصف كوب مساءً قبل النوم هذا مع مداومة تناول أوراق الجرجير الطازج مع الغذاء .

(٢) لحالات نزيف اللثة وعسر الهضم وكثرة البلغم في الصدر وآلام الروماتيزم المفصلي ومرض السكر والسل الرئوي :

* يستخدم عصير الجرجير الطازج بمعدل ثلاثة أكواب يومياً .

(٣) لعلاج حالات ضعف وسقوط شعر الرأس خاصة بعد الإصابة بالحميات :

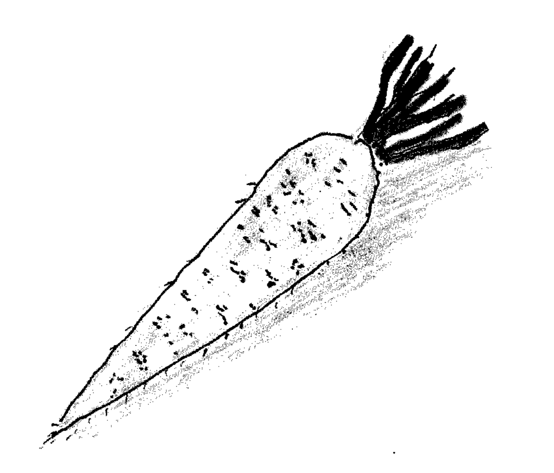
* يستخدم مزيج مكون من عصير الجرجير مع كمية من أوراق الورد

لتحسين الـرائحة ويـدلك بهـذا المزيـج فروة الـرأس لمدة ثـلاث دقائق يومياً.

(٤) **لسرعة شفاء الحروق:**

* يستخدم مسحوق الجرجير مع بصلة متوسطة الحجم وكمية من ثمـار الفراولة مع زيت الكتان ثم يصفى المزيج ويستعمل موضعياً كدهان وقد ثبت أن الجرجير يرفع السموم ويهيج الشهوة جداً ويذهب البلغم ويفتت الحصى ويساعد في عـلاج حلات السـل الرئـوي وكذلـك يخفض نسبة السكر في الدم عند مرضى السكر.

• • •



العلاج بالجزر الأصفر (التمري)

الجزر الأصفر يعتبر ثروة هائلة من فيتامين (أ) فضلاً عما يحتويه من الكالسيوم السهل في هضمه وامتصاصه، وهو يفيد في الحلات التالية:

(١) إسهال الأطفال:

* يضاف الجزر أو مسحوقه إلى حليب الأطفال الرضع فيمنع عنهم الإسهال.

(٢) لطرد الديدان ونوبات الكبد ومرض السكر:

* يتناول المريض عصير الجزر أو مغلي مبشوره.

(٣) للجروح والقروح والأكازيما:

* يستخدم لب الجزر على شكل ضمادات موضعية لمساعدة المريض على الشفاء.

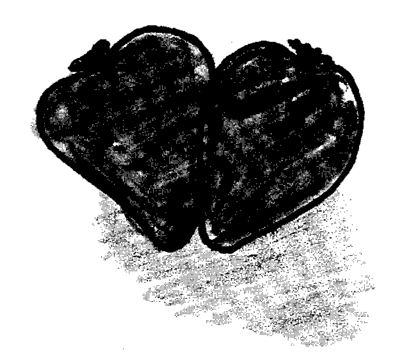
(٤) للكدمات والالتواءات المفصلية والجروح البسيطة:

* يستخدم مغلي أوراق الجزر على شكل كمادات موضعية مرتين يومياً

وأقوى ما في الجزر هو بـذوره التي تفيد في حـالات الاستسقاء وتسكين المغص كمـا تـدر البـول والـطمث وتقـوي النـاحيـة الجنسيـة والجـزء المستخدم منه هو الثمار والبذور والورق وتناوله مطبوخ بالسكر يفيـد في شفـاء الساقين كما يساعـد عصيره على تنـظيم عمل الغـدة الـدرقيـة من الاضطرابات العصبية كما يقتل الديـدان المعويـة ويخفض نسبة السكـر في الـدم كما يعـالج أيضـاً حالات الكبـد وعـلاج وقـائي لعـدم تكـوين الحصى في الكلى كمـا تبين مؤخـراً أنـه يشفي من الإسهـال وقـرحـات المعـدة ومبشوره يفيـد في عـلاج بعض الأمـراض الجلديـة على شكـل لبخات كما وجد أن لبه يفيـد في التخلص من النوبـات المصاحبـة لهذه الحالات.

● ● ●

العلاج بالجوافة



تحتوي ثمار الجوافة على ١٧٪ مواد سكرية وكميات قليلة من المواد الدهنية والبروتينية القابلة للتمثيل الغذائي بسهولة في الجسم بالإضافة إلى مقادير متوسطة من الكالسيوم والبوتاسيوم والصوديوم . . والجوافة تصلح كوقاية من بعض الأمراض وعلاجاً أيضاً، ومن أشهر استخداماتها :

(١) لوقاية الأسنان من الإسقربوط :

* يستخدم قليل من مسحوق الجوافة أو تناول الثمار الطازجة وقد اتضح بالتجربة العملية أن كمية قليلة من الجوافة تكفي للوقاية من مرض الإسقربوط لمدة ثلاثة شهور تقريباً .

(٢) لعلاج السعال والنزلات الشعبية :

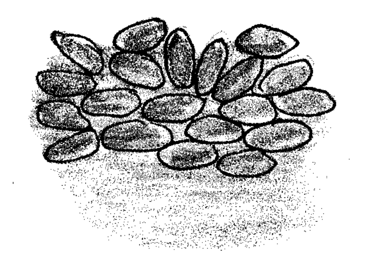
* يستخدم مغلي الأوراق بمعدل من ٢ إلى ٣ أكواب يومياً كشراب .

وتحتوي ثمار الجوافة على حوالي ١٧٪ مواد سكرية وكميات قليلة من الدهن والبروتين وبعض المقادير المتوسطة من الكالسيوم والبوتاسيوم والصوديوم والفسفور والحديد وكميات كبيرة من فيتامين

(أ، ب) كما هي غنيةٌ أيضاً بفيتامين (ج) وبـذلك تعتبـر الجوافـة عنصراً أساسياً للوقاية من مرض الإسقربـوط والقشرة الخـارجية للثمـار والطبقـة الخارجية من اللب من أغنى أجزاء ثمرة الجوافة عن داخلها وقد اتضـح من الأبحـاث أن أوراق أشجار الجـوافة تحتـوي على بعض المضـادات الحيوية الطبيعية لإبادة الجراثيم الضارة.

• • •

العلاج بجوز الطيب



(أولاً): الاستعمال الداخلي:

(١) لتنشيط الهضم وطرد الغازات المعوية:

* يستخدم جوز الطيب في الطعام كأحد التوابل المنشطة والهاضمة كما تضاف خلاصته إلى بعض الأدوية والعقاقير الطبية لتحسين طعمها.

* * *

(ثانياً): الاستعمال الخارجي:

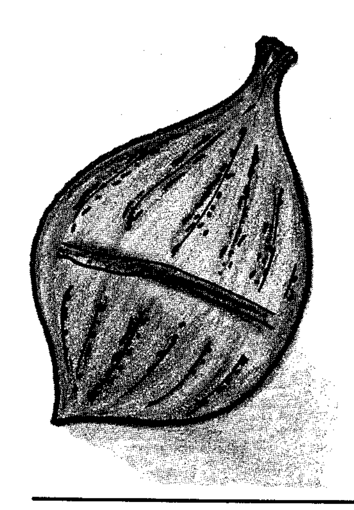
* يستخدم زيت ثمار جوز الطيب كدهان موضعي للتدليك.

* وهو يقوي البصر ويهضم الأكل ويقوي الكبد والطحال ويقطع البلغم ويمنع الغثيان إذا سحق بالعسل ويستخدم دهن جوز الطيب في صناعة الروائح العطرية.

* كما أنه يعالج الروماتيزم إلَّا أنه يجب أن نُنبّه إلى أن الإكثار منه وتناوله بكميات كبيرة يتسبب في الاضطرابات العصبية والجنسية.

● ● ●

العلاج بالجميز



يستخدم الجميز لعلاج الكثير من الحالات المرضية، والتي من ضمنها:

(١) النزلات المعوية وانتفاخات البطن والإمساك:

* يتناول المريض بهذه الحالات ثمار الجميز الطازجة الناضجة كما يتناول عصيرها بمقدار كوب صباحاً على الريق قبل الإفطار.

(٢) الالتهابات وترهلات اللثة:

* تمضغ ثمار الجميز لأطول فترة ممكنة بالفم كما يمكن للمريض استعمال عصيرها كمضمضة.

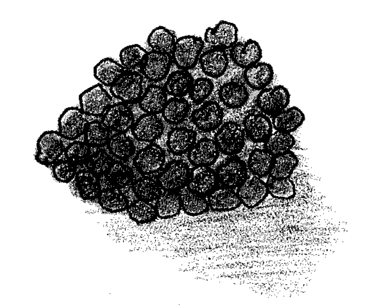
(٣) لعلاج مرض الصدفية والقوباء وتطهير القروح وسرعة التئام الجروح:

* تستعمل شرائح الجميز الناضجة على هيئة ضمادات موضعية فوق مكان الإصابة كما يستعمل أيضاً عصير لبن الجميز على شكل دهان

موضعي والجميز مطهر للنـزلات المعويـة وطارد للغـازات ويستعمل في عـلاج حالات التهـابات اللثـة ويستعمل عصيـره لعـلاج أمـراض الكبـد والأمراض الجلدية وعلاج لدغات العقارب وعضات الثعابين.

• • •

العلاج بحب العزيز



يستعمل حب العزيز لمعالجة:

(١) حالات الصداع والاضطرابات المعوية وتلوث البول:

* وهذا بتناول ما يوازي كوباً واحداً يومياً.

(٢) لزيادة إدرار اللبن عند المرضعات:

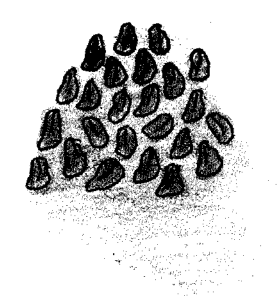
* وهذا بتناول الثمار الطازجة أو الجافة أو عصير حب العزيز.

(٣) لعلاج الالتهابات الجلدية والتهابات الثدي:

* يستخدم زيت حب العزيز كدهان موضعي ثلاث مرات يومياً.

* كما يعالج حب العزيز ضعف الكلى وضعف القوى الجنسية وحرقان البول، والكبد الضعيفة والأمراض السوداوية والسعال ويزيد المنى عند الرجل ويستخدم أيضاً في علاج الاضطرابات المعوية ويزيد من إدرار اللبن عند المرضعات وهو شفاء لبعض الأمراض الجلدية وعلاج للأكازيما والبلهاريسيا والتهاب الرحم عند النساء ودهان لحالات الحمى.

• • •



العلاج بالهيل «الحبهان»

* يستعمل الهيل لعلاج حالات ضعف المعدة وسوء الهضم وعفونة المعدة أيضاً والأمعاء والمغص وزيادة الغازات والإسهال.

* وتستعمل بذور الهيل في الطعام والمرق كما يمكن استعمال مجروش البذور في علاج الحالات السابقة وتسكين المغص المعوي وإيقاف الإسهال.

* والهيل يدخل في تركيب بعض الوصفات العلاجية الخاصة بتنشيط الدورة الدموية وعلاج حالات الضعف الجنسي كما تستعمل بذور الهيل في تحسين نكهة الطعام ورائحته وطعمه.

* واتضح أن الهيل له العديد من الفوائد الطبية في تنبيه المعدة وفتح الشهية وتنشيط الإفرازات الهاضمة وطرد الغازات من المعدة والأمعاء وتسكين حالات المغص وضد الإسهال.

• • •

العلاج بالحناء



(أولاً) : الاستعمال الداخلي :

(١) **اضطرابات القلب والدورة الدموية وارتفاع ضغط الدم :**

* تستعمل خلاصة أوراق الحناء بشكلها الطبي الحديث حسب تعليمات الطبيب المعالج وأوراق الحناء تحتوي على عنصرين فعالين في تنبيه القلب وتنظيم ضرباته والآخر يسبب ارتخاء العضلات مما يؤدي إلى توسيع الأوعية الدموية وانخفاض ضغط الدم وبناء على هذه النتائج يدرس الخبراء حالياً كيفية الاستفادة من أوراق الحناء في صناعة الأدوية الخاصة بأمراض القلب والدورة الدموية.

* * *

(ثانياً) : الاستعمال الخارجي :

(١) **لتطهير الجروح والقروح بالقدمين :**

* تستعمل لبخة مكونة من معجون مسحوق أوراق الحناء موضعياً مع تثبيتها بأربطة بقماش من الكتان قبل النوم ثم تزال صباحاً بالماء الدافىء.

(٢) **لعلاج ضعف الشعر وقشور فروة الرأس :**

* تستعمل الحناء الحمراء ممزوجة باللبن الزبادي وتوضع على الشعر لمدة ٦ ساعات ثم تزال بالماء الدافىء وتستخدم هذه الطريقة بمعدل مرتين شهرياً أي مرة كل أسبوعين.

* والحناء نبات ينفع في علاج أوجاع العصب ودهنه كمرهم لعلاج الشلل النصفي وهو يلين الأعصاب وينفع في كسر العظام.

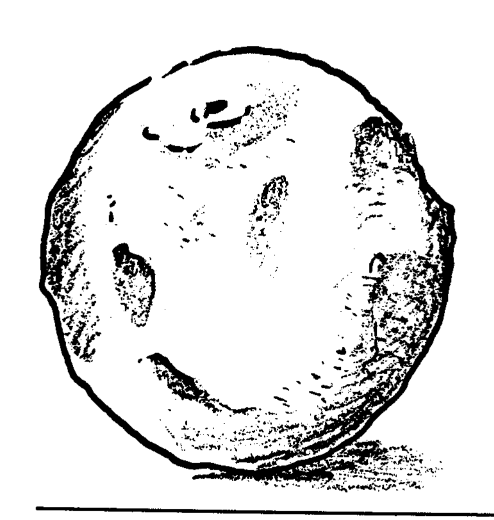
كما يطلى على الجبين مع الخل لعلاج الصداع كما ينفع في علاج قروح الفم ومناسب لأوجاع الرحم.

وقد استعمله العرب في علاج أمراض الكبد والطحال والأمراض الجلدية المزمنة.

* وقال بعض الأطباء أن الحناء تفيد في حالات الصداع الشديد الناتج عن ارتفاع ضغط الدم كما تستعمل لعلاج البثور والطحال وتفتت الحصى وتزيل النزلات والصداع والأورام وتشفي الجروح والقروح والجرب المزمن وآلام المفاصل وتصلح الشعر خاصةً مع ماء نبات الكزبرة.

● ● ●

العلاج بالحنظل



يظهر نبات الحنظل في الصحاري بالجزيرة العربية وخصوصاً في طريق الطائف القديم وزيت بذور الحنظل يفيد في علاج المفاصل وآلامها وعرق النساء ونافع أيضاً لداء الثعلبة والجزام وقطع النزيف وآلام العصب والنقرس ويمزج الخل في المضمضة لآلام الأسنان وكذلك بخور جذوره لآلام الأسنان أيضاً.

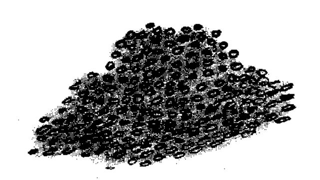
* وإذا طبخ مع الزيت فهو مفيد لأمراض الكلى والمثانة وعلاج للدغ العقرب وللبواسير ويستعمل علاجاً للحروق وللصداع والكبد والشرج والبول الدموي والتهابات المثانة وللغثيان وفقر الدم ويستخدم زيت البذور في علاج الأمراض الجلدية والتهابات العظام وآلام الروماتيزم وحالات الاستسقاء والحمى والتهابات الثدي وأمراض العيون بإذن الله.

* والحنظل مدر شديد للبول ويستعمل زيته دهاناً لعلاج القروح والله أعلم.

* وينصح بعدم استعماله بكميات كبيرة حتى لا يؤدي إلى التهاب المعدة لا قدر الله.

• • •

العلاج بالحلبة



(أولاً): الاستعمال الداخلي:

(١) للسعال والربو وأوجاع الصدر وعسر التبول:

* يستخدم مشروب مغلي بذور الحلبة بمعدل كوب صباحاً على الريق يومياً أو مسحوقها مع العسل بمعدل ثلاث ملاعق يومياً.

(٢) التهابات الحلق وآلام المثانة والنزلات المعوية والبواسير والإمساك والضعف الجنسي والنحافة:

* يتناول المريض مغلي الحلبة وتؤكل بذورها مطهية من ٢ إلى ٣ أكواب يومياً.

(٣) لعلاج عسر الطمث والإسهال:

* مغلي بذور الحلبة أيضاً.

(٤) لقروح المعدة والأمعاء:

* يستعمل مسحوق الحلبة ممزوجاً مع الخل بمعدل ثلاث ملاعق يومياً.

(٥) حـالات الصـرع :

* تنـاول مشروب مغلي الحلبـة وأكلها مـزرعة (نـابتة) يفيـد في عـلاج بعض حالات الصرع .

* * *

(ثانياً) : الاستعمال الخارجي :

(١) التهابات الحلق واللوزتين :

* يستخدم منقوع مسحوق الحلبة على شكل غرغرة مرة كل ساعة .

(٢) آلام البرد وروماتيزم العضلات :

* يستخدم في علاج الأمراض سالفة الذكـر مزيـج مكون من مسحـوق بذور الحلبة مع بضعة فصـوص مهروسـة من الثوم مـع قليل من الـزيت ويستعمل هذا المزيج كدهان موضعي مع التدليك .

(٣) إزالة الأورام والقروح والدمامل :

* تستخـدم لبخات دافئـة من مسحـوق الحلبـة كعجينـة تـوضـع فـوق الأماكن المصابة بحيث يكون سمكها حوالي ٥ سم ثم تغطى بالقماش .

(٤) لسرعة شفاء الحروق :

* يستخدم مسحوق الحلبة ممزوجاً مع زيت الورد كدهان موضعي .

(٥) لشفاء قروح فروة الرأس :

* يستخـدم مسحوق الحلبـة ممـزوجـاً مـع العسـل على شكـل دهـان

موضعي لحالات الجلد المتشقق ولتحسين لون البشرة ونعومتها يستخدم منقوع مغلي حبوب الحلبة كغسول مرتين يومياً.

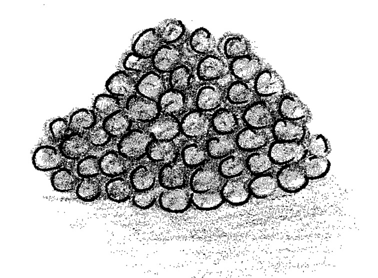
* * *

طريقة تحضير اللبخات:

* تخلط كمية مناسبة من مسحوق بذور الحلبة مع الماء الفاتر واستمرار التحريك حتى يصبح المزيج كالعجينة الرخوة ثم يوضع المزيج بإنائه داخل إناء آخر أكبر منه يحتوي على كمية من الماء الساخن لدرجة الغليان مع استمرار التقليب إلى أن يصبح لونه أغمق وقوامه كالعجينة اللينة ثم نأخذ كمية مناسبة من هذه العجينة وتضعها فوق الجزء المراد علاجه ثم تفرد اللبخة وهي ساخنة بحيث يتم توزيعها بالتساوي على المنطقة الواقعة تحت العلاج وتغطى بقطعة من القماش.

• • •

العلاج بالحمص



جاء في الوصفات الشعبية القديمة للمكيين أن الحمص ملين للمعدة ومدر للبول ويزيد من الحيوية الجنسية بينما في الطب العربي يعتبر غذاء ممتازاً للرئة ويصفى الصوت ويزيل اضطرابات الكبد والطحال ويفتت حصوات الكلى والمثانة وهو علاج للحالات الآتية:

(١) حالات عسر البول والطمث وضعف الكلى والكبد:

* يستخدم منقوع الحمص شراباً ويمكن تناول حبوب الحمص أو مسحوقه بمعدل ثلاث ملاعق يومياً للعلاج.

(٢) علاج ضيق التنفس وأمراض الرئة ونزلات البرد:

* تضاف حبوب الحمص بعد تحميصها إلى اللبن بمعدل ملعقة صغيرة لكل كوب والجرعة المناسبة كوب كل صباح على الريق وكوب آخر في المساء قبل النوم.

(٣) حالات مرض الصفراء:

* يستخدم مغلي جذور الحمص وتعاطيه بمعدل ثلاث أكواب يومياً.

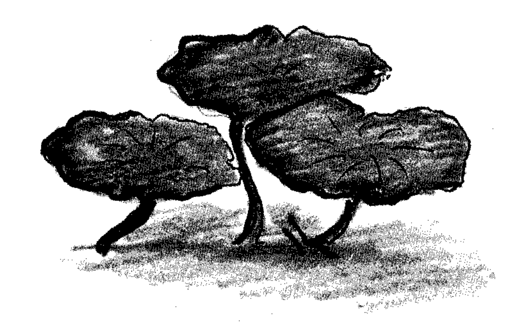
(٤) لعلاج الجرب والقروح والخراريج :

* يستخدم مسحوق الحمص الجاف ممزوجاً مع العسل كدهان موضعي مرتين يومياً.

* وللحمص فوائد أخرى فهو مدر للبول ويزيد من القوة الجنسية.

● ● ●

العلاج بالخبيزة



تستخدم الخبيزة لعلاج العديد من الحالات المرضية وذلك على النحو التالي:

(أولاً): الاستعمال الداخلي:

(١) حالات عسر التبول والنزلات الصدرية وتحسين لون البشرة:

* يستخدم منقوع الأزهار بمعدل كوب أو اثنين يومياً لعلاج هذه الحالات.

(٢) آلام المعدة وعسر الهضم والإمساك:

* يتناول المريض بأحد هذه الحالات منقوع أوراق الخبيزة وكذلك مغلي الأوراق والأزهار بمعدل كوب واحد كل صباح.

* * *

(ثانياً): الاستعمال الخارجي:

(١) التهابات الجلد وقروح الشرج:

* تستعمل أوراق الخبيزة المسلوقة على هيئة ضمادات لعلاج هذه

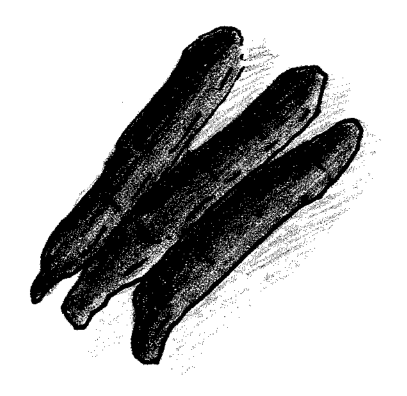
الالتهابات والقروح.

(٢) احتقان الرحم والالتهابات المهبلية :

* يستخدم منقوع أوراق الخبيزة مع النشادر ويصفى جيداً ثم يستعمل كغسول مهبلي لغرض تسكين وتهدئة الآلام وأوراق الخبيزة مع الزيتون نافعة لعلاج الحروق والأورام وعجينة أوراقه مع الملح تشفي أيضاً من البواسير والخبيزة مدرة للبن ومسكنة للسعال والأزهار تعالج الكلى والمثانة شراباً والله أعلم.

• • •

العلاج بالخروب



الخروب نبتةً عرفها المكيون واستخدموها ضمن وصفات علاجية لأمراض النساء كحقن شرجية لالتهابات الشرج وأكدت الدراسات العملية أن الخروب يحتوي على مادة لها خصائص امتصاص السموم وبالإضافة إلى ذلك فالخروب علاج أيضاً للحالات الآتية:

(١) علاج الآلام الروماتيزمية وارتفاع درجة الحرارة والنزلات المعوية:

* يستخدم الخروب المحلى بالسكر أو عسل النحل طوال اليوم وبدون جرعات محددة.

(٢) علاج حالات الإسهال وتنقية الدم وإزالة الإرهاق:

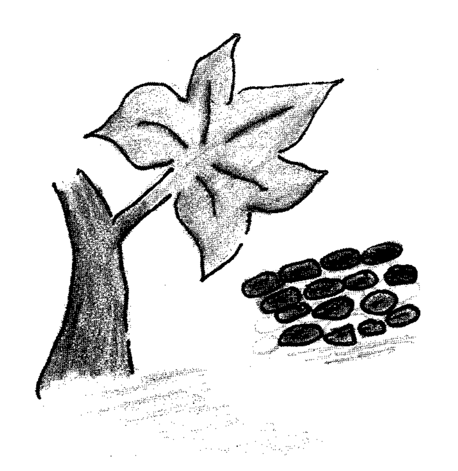
* يستخدم مشروب الخروب بمعدل كوب كل أربع ساعات كما أن منقوع الخروب يعتبر شراباً ملطفاً ومرطباً للحرارة ومليناً للمعدة ومدراً للبول ويفيد في حالات التهابات الشرج ونزلات البرد والاضطرابات الهضمية والأمراض الروماتيزمية والنزلات المعوية أيضاً.

* وهو يعالج أيضاً مرضى السل ومن يعانون من الداء السكري.

* ويستخدم مشروباً لعلاج أمراض النساء وإنعـاش القلب والرئتين وإذا تم مـزجه بـاللبن والعسل بعـد غليـه وتصفيتـه يستخـدم لعـلاج حـالات الإمساك وعسر التبول وتطهير المعدة وطـرد الديـدان بمعدل كـوب أربـع مرات يومياً.

• • •

العلاج بالخروع



(أولاً): **الاستعمال الداخلي:**

(١) حالات سوء الهضم وإزالة عفونة المعدة والأمعاء والإمساك والبلغم:

* يستخدم زيت الخروع بمقدار ملعقة صغيرة يوماً بعد يوم حتى يكتب الله تعالى الشفاء التام.

(٢) تسكين الآلام الروماتيزمية الحادة وآلام المفاصل وعسر التبول:

* يستخدم مغلي أوراق وأزهار النبات بمعدل كوب واحد على الريق صباح كل يوم.

* * *

(ثانياً): **الاستعمال الظاهري:**

(١) إزالة البثور والبقع الجلدية والجرب:

* يستخدم زيت الخروع كدهان بعد تنظيف أماكن الإصابة بالماء الفاتر والصابون.

(٢) **لإزالة الأورام والالتهابات والآلام الخاصة بالثدي:**

* يستخدم مزيج مكون من الخل وزيت الخروع كدهان موضعي قبل النوم.

(٣) **لآلام الرأس والتهابات البشرة:**

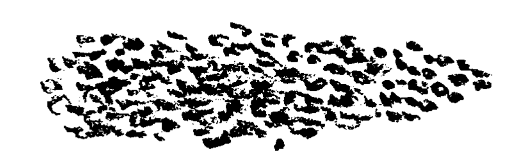
* تستخدم الأوراق على هيئة ضمادات في اليوم الأول ثم يستخدم زيت الخروع كدهان في اليوم الثاني وهكذا تكرر هذه العملية بنفس الطريقة.

(٤) **ضد القراع وضعف شعر الرأس واحمرار الجلد:**

* يستخدم الزيت كدهان لمرة واحدة يومياً فقط.

• • •

العلاج بالخردل



للخردل الأبيض العديد من المنافع والنتائج الحميدة في معالجة الكثير من الحالات المرضية التي من أهمها :

(١) لضعف القلب والتهابات الرئة والنقرس :

* يضاف مسحوق الخردل للحمامات الموضعية أو الكلية بنسبة ٢٠٠ جرام من مسحوق البذور إلى ماء الحمام بعد غليه جيداً .

(٢) التهاب الفم واللوزتين والحنجرة :

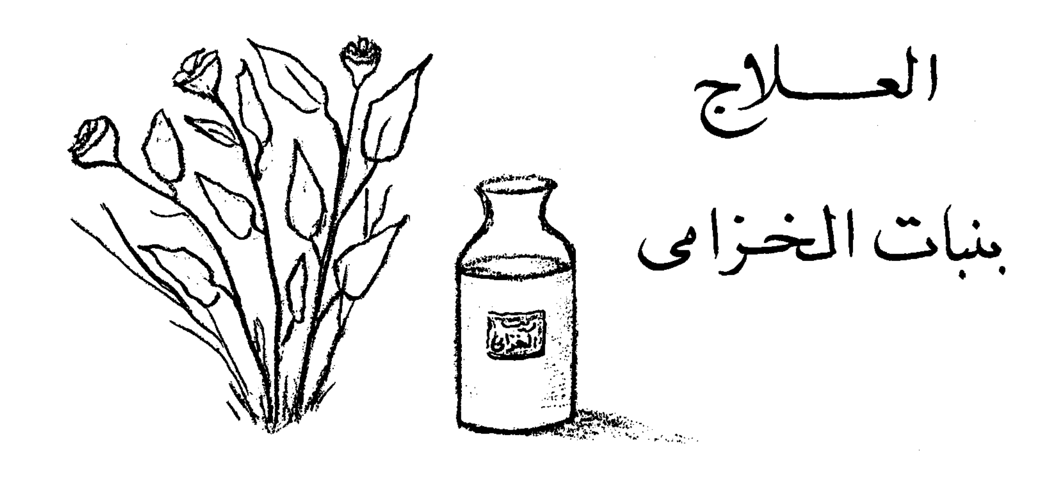
* يستخدم مسحوق الخردل بنسبة ثلاث ملاعق صغيرة على كوبين من الماء المغلي على هيئة غرغرة .

(٣) للصداع وآلام القرحة وضعف الدورة الدموية واحتقانات الرئتين :

* تستخدم في معالجة هذه الحالات لبخات من مسحوق الخردل مع الماء الفاتر بحيث تصبح على شكل عجينة متماسكة ثم تفرد فوق قطعة من القماش بسمك نصف سم وتوضع فوق الجلد مباشرة لمدة ربع أو نصف ساعة بحيث توضع في حالات الصداع فوق مؤخرة الرأس

وبالنسبة لآلام القرحة توضع فوق أعلى البطن ولاحتقانات الرئة وعسر التنفس وضعف الدورة الدموية توضع فوق الظهر ولالتهابات الحنجرة توضع فوق الرقبة. . كما يفيد الخردل في علاج الحالات الروماتيزمية والمفصلية كما أكدت الدراسات أن الخردل معقم جيد حيث يكفي ٤٠ نقطة من الخردل في لتر ماء لجعله مطهراً جيداً للجلد دون أن يؤذيه كما يفيد أيضاً من الناحية الوقائية للشلل المخي (انفجار شريان الدماغ) وتصلب الشرايين للمخ وضغط الدم كما أن تناول حبتين من بذوره قبل الطعام يساعد في طرد غازات المعدة والأمعاء وعموماً يفيد الخردل مرضى ضعف القلب وتصلب الشرايين.

• • •



العلاج بنبات الخزامى

(١) لاضطرابات المعدة والهضم والصداع وخفقان القلب والاضطرابات العصبية :

* يستعمل المريض مغلي الأزهار بمعدل ١ ــ ٣ أكواب يومياً أو زيت الأزهار بمعدل ٤ ــ ٨ نقاط على قطعة من السكر يومياً أيضاً.

(٢) لآلام الروماتيزم وعرق النساء والكدمات والتواء المفاصل :

* يستعمل مغلي الأزهار على شكل كمادات موضعية من ٢ ــ ٣ مرات يومياً واستعمال الزيت في التدليك الموضعي لمكان الإصابة.

(٣) حالات حروق الشمس الشديدة :

* يغطس الجزء المصاب بحمام ماء فاتر بعد إضافة من ١٠ إلى ١٥ نقطة من زيت الخزامى أو يلف الجزء المصاب بمنشفة بعد غمسها بماء بارد ويضاف إليه حوالي ٢٠ نقطة من الزيت وتحتوي أزهار الخزامى على زيت طيار ومواد دابغة وأخرى مسكنة للأعصاب ومهدئة للآلام وقد اتضح علمياً أن زيت الخزامى مضاد لحالات التشنج وله القدرة على

تنبيه الدورة الدموية وشبكة الأوعية الموضوعية في الجلد ويساعد كثيراً في علاج حالات الحروق كما أن خلاصة الأزهار تستعمل بنجاح كغسول يساعد في علاج بعض الأمراض الجلدية والآلام العضلية.

• • •



العلاج بالخس

للخس فوائد كبيرة في تغذية خلايا الجهاز العصبي والعضلات والأوراق الخضراء لنبات الخس هي من أهم أجزائه فهو يحتوي على المادة التي تزيد النشاط والحيوية، ومن أهم ما يعالجه الخس:

(١) حالات الإمساك المزمن:

* يعتبر تناول الخس من أفضل أنواع العلاج نظراً لاحتواء أوراقه على الألياف التي تساعد الأمعاء على أداء الدورة الطبيعية التي تدفع محتوياتها للخارج.

(٢) حالات الضعف الجنسي والعقم النسائي والرجالي وحالات أخرى كثيرة:

* يتناول المريض الخس طازجاً يومياً لحالات النقرس وحصوات المثانة والضعف الجنسي والعقم لدى الجنسين حيث اتضح أن تناول الخس يساعد كثيراً في علاج هذه الحالات.

(٣) حالات الالتهابات الجلدية والحمرة وآلام الحروق:

* تستخدم الأوراق الطازجة للخس على هيئة لزقات موضعية لتسكين الألم وإزالة الأورام والالتهابات بمعدل لصقة أو اثنين يومياً كما أن الخس يقطع العطش ويصلح الكبد ويمنع الغثيان وهو سريع الهضم ويمنع حرارة المعدة وتناوله بالخل يفتح الشهية ومدر للبول.

* والخس يقوي الأبصار والأعصاب والارتفاع بدرجة خصوبة المرأة والرجل بالإضافة إلى أن أوراقه تحتوي على مادة تمتص الروائح الكريهة من الجسم ومن أهم الفوائد الطبية للخس أيضاً أنه مرطب للمعدة والسعال ومضاد لحالات الإمساك ومقاوم لحموضة المعدة وتستخدم بذوره كمسكن ومهدىء ومنوم.

●●●

العلاج بالنخلة



(أولاً): **الاستعمال الداخلي:**

(١) لآلام الكبد والكلى وعسر التبول والبلهارسيا:

* مغلي بذور النخلة الجافة بمعدل كوب صباحاً وآخر مساءً.

(٢) لآلام المرارة والمغص الكلوي وتشنج عضلات المعدة والأمعاء:

* يتناول المريض مغلي مسحوق بذور النخلة بمعدل كوب صباحاً ومساءً كذلك لحالات عسر التنفس والسعال الديكي والربو والذبحة الصدرية يستخدم أيضاً مغلي جذور النخلة بمعدل **٣** أكواب يومياً.

* * *

(ثانياً): **الاستعمال الخارجي:**

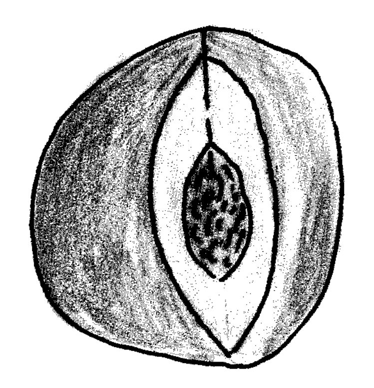
(١) للالتهابات الجلدية المزمنة والبهاق والصدفية:

* تستخدم بذور النخلة (الخلاصة) كدهان موضعي بمعدل ثلاث مرات يومياً وتعتبر المادة الطبية الفعالة في هذا النبات هي التي لها خاصية

علاجية لحالات التشنج للعضلات مثل عضلات القصبة الهوائية والحالبين والأمراض الصفراوية والأمعاء كما أنها موسعة للأوعية الدموية وخاصة أوعية القلب والمسالك البولية كما أكدت الأبحاث أن بذور الخلة تستعمل في علاج الأمراض الجلدية كالبهاق والثعلبة والصدفية بإذن الله .

● ● ●

العلاج بالخوخ



(١) لحالات الإمساك :

* يستخدم مغلي أوراق الخوخ بالنسبة للكبار بينما يستعمل عصير الثمار كملين ومسهل للأطفال.

(٢) لحالات عسر التبول وضعف الحركة الدودية للأمعاء :

* يستخدم ثمار الخوخ الطازج كغذاء ضمن الوجبات اليومية للروماتيزم المفصلي والنقرس وتصلب الشرايين بعد تناول الوجبات الغذائية.

* والخوخ يحتوي على فيتامينات أ، ج وسكريات ونشويات وعلى نسبة عالية من الحديد والكالسيوم وبعض الأملاح المعدنية الأخرى مثل الفسفور والنحاس والكبريت والصودا والبوتاسيوم وغيرها من الأحماض العضوية التي لها خواص مدرة للبول وتليين المعدة والأمعاء وعلاج للصداع وأوجاع الأذن وديدان البطن وزيادة القوة الجنسية ومن أهم مميزاته أنه يستعمل كذلك بعد تجفيفه كعلاج للشرايين والروماتيزم والإسهال والنقرس.

• • •

العلاج بالخولنجان



(أولاً) : الاستعمال الداخلي :

(١) حالات عسر الهضم وللتخلص من غازات المعدة :

* يستخدم مغلي مسحوق الخولنجان الجاف بمعدل ملعقة على كوب ماء ساخن مرة واحدة يومياً.

* * *

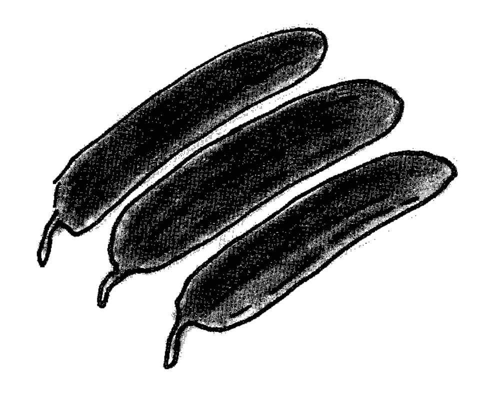
(ثانياً) : الاستعمال الخارجي :

(١) لتخفيف حدة الزكام والبرد :

* يستخدم مسحوق الخولنجان الجاف على هيئة استنشاق البخار المتصاعد مع الماء المغلي والخولنجان حار يابس يفتح المسام والشهية ويهضم الطعام ويشفي عرق النساء وأوجاع الجنبين والظهر وشربه مع اللبن الضأن يعيد قوة الشباب إن شاء الله.

• • •

العلاج بالخيار



يحتوي الخيار على كميات كبيرة من فيتامين (ج) وكميات معتدلة من فيتامين (أ، ب) كما يحتوي على البوتاسيوم والحديد والسليكون، ومن أهم ما يعالجه ويدخل في علاجه أو الوقاية منه:

(١) حالات الحميات والاضطرابات العصبية والعطش الشديد:

* يستخدم عصير الخيار المفروم مع اللبن الحليب ولحالات ضعف الهضم والإمساك والبول السكري تستخدم خيارة طازجة مساء كل يوم.

(٢) لإزالة رائحة العرق وتنشيط إدرار البول:

* يجب تناول الخيار بكثرة.

(٣) لعلاج الصداع:

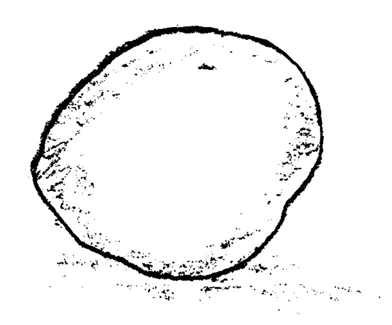
* يستخدم الخيار على شكل حلقات بوضعها فوق الجبهة والصدغين وتثبيتها برباط شاش لمدة نصف ساعة.

(٤) لإكساب بشرة الوجه ليونة ونعومة وتنقيتها من جميع الشوائب:

* يستعمل عصير الخيار الطازج في دهان أجزاء الوجه مساء ويترك حتى الصباح من اليوم التالي كما أنه يستخدم في دهان الرأس للقضاء على الحشرات.

• • •

العلاج بالدوم



عرف العطارون بمكة (الدوم) وجاء ذكره في عدة وصفات طبية متنوعة لعلاج التهابات المثانة وعسر التبول وتنقية الدم كما أكدت الدراسات العالمية الحديثة أن ثمار الدوم تحتوي على مواد سكرية وراتنجية وقلويات مفيدة جداً ومن أشهر ما أصبح يقوم بعلاجه الدوم:

(١) علاج حالات الحميات وارتفاع ضغط الدم:

* يستخدم ثمار الدوم بعد نقعه في الماء لتليينه للأكل كما يمكن سحق الغلاف الاسفنجي للدوم على شكل بودرة وتوضع منها ثلاث ملاعق كبيرة على كل كوب ماء ملعقة سكر ويشرب منها يومياً أربع أكواب.
* كما ثبت أن الدوم يستعمل لعلاج حرقان المثانة والبول الدموي وتبريد الكسر وتثبيت السن وتلطيف الأوعية الدموية كما أن ثماره منعشة.
* كما أثبتت الأبحاث العلمية الأخيرة أن الدوم له فائدة عظيمة في خفض ضغط الدم.

● ● ●

العلاج بالرَوَاند



ذكره العرب الأقدمون كعلاج لصديد البول والخراريج تحت الحجاب الحاجز ولتنظيف الجهاز الهضمي والكبد والصفراء وأكدت الأبحاث التي أجريت حديثاً إفادته لعلاج حالات الكبد وتنقية الدم ومن أشهر ما يعالجه الراوند:

(١) حالات الإسهال وأمراض الكبد وضعف المعدة وقلة إفراز الصفراء:

* يستخدم مغلي الراوند بنسبة ملعقة صغيرة لكل لتر ماء ويتناول المريض ما يعادل كوباً واحداً يومياً.

(٢) حالات الإمساك والتعفن وتلبك المعدة:

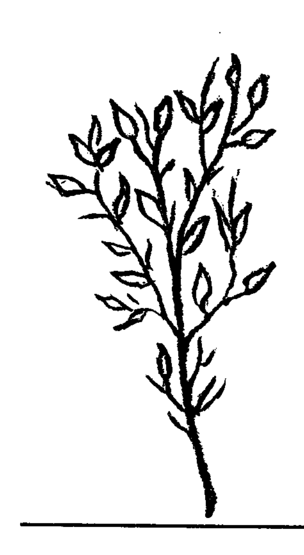
* يتناول المريض مغلي الراوند بنسبة ملعقة صغيرة لكل كوب ماء مغلي مرة واحدة يومياً.

* والراوند أيضاً يستعمل كعلاج للطحال والكلى والحميات والسم والسعال المزمن والربو وقرحة المعدة والدوسنتاريا والمثانة ونزيف

الدم وعلاج الإسهال الناتج عن تعفن الطعام في المعدة وتنظيف الأمعاء كما أكدت الأبحاث أن للراوند آثاراً طبية فعالة في تنقية الدم وأنه مطهر ويكسب الجسم مقاومة ضد الأمراض المعدية.

• • •

العلاج بالرع رع أيوب



يعتبر الرع رع من فصيلة النباتات المركبة وهو نبات غـزير رمـادي اللون ذو أوراق عـطـرة الرائحة والجزء المستخدم منه في العلاج هو الأوراق الطازجة وقد استخدمت الأوراق في هذا النبات لعلاج بعض الأمراض الجلديـة والتواء المفاصل وكسـور العظام على شكـل لبخات كمـا أن هذا النبـات له وصفـات علاجية منذ مئات السنين وتحـدثنا قصـة أيوب المصـري الذي كـان يعاني من شدة المرض الجلدي الذي استمر زمناً طويلاً وقد تم شفاؤه بهذا النبات الذي أطلق عليه اسم الرع رع أيوب وما زال البحث جـارياً بين العلمـاء عن الفوائـد الطبية الحقيقية لمعرفة القيمة العلاجية لهذا النبات ويمكن القـول بصفة عـامة أنه يفيد في عمل لبخات لعلاج بعض الأمراض الجلدية والتهابـات المفاصـل والعظام.

• • •

العـلاج بالرمـان



(أولاً): الاستعمال الداخلي:

(١) حـالات الحمى الشديـدة والإسهال المـزمن والدوسنتـاريـا الأميبيـة وضعف النظر:

* يستخدم عصير الرمان بمعدل كوبين يومياً.

(٢) لطرد الديدان المعوية وخاصة الدودة الشريطية وعلاج البواسير:

* يستخـدم منقوع قشـر الرمـان بمعدل نصف كـوب كل نصف سـاعـة وينصح أيضاً في بعض الحالات باستعمـال شربـة مسهلة مع المشـروب ويتفق الخبـراء حالياً على أن حبـوب الـرمـان تنشط الأعصـاب وتـزيـل حالات الإرهاق وأن قطرات منها ممزوجة بالعسل تـوضع في الأنف دواء لكثيـر من متاعبهـا وأن عصير الـرمان الممـزوج بالسكـر والمـاء يعـالـج حالات الإمساك وأن المواظبة على تناول الرمـان تنقي الدم وتقـاوم عسر الهضم.

* **الطريقة المثالية لتحضير مشروب الرمان:** يبشر قشر الـرمان الـطازج

ويضاف إلى الماء وينقع لمدة ٦ ساعات ثم يوضع على نار هادئة ليصبح مزيجاً مركزاً ثم يرفع من على النار ليبرد وعندها يكون معداً للاستعمال.

* * *

(ثانياً): الاستعمال الخارجي:

(١) لعلاج التهابات وتقرحات اللثة:

* يستخدم مغلي أزهار الرمان كغرغرة ومضمضة ثلاث مرات يومياً.

(٢) لعلاج حالات البرد ورشح الأنف:

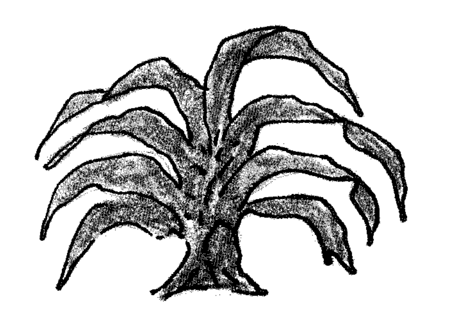
* يقطر منقوع الرمان في الأنف بمعدل ثلاث نقاط ثلاث مرات يومياً.

(٣) لزيادة تثبيت لون الشعر:

* يضاف مغلي قشور الرمان إلى الحناء لغرض تثبيت اللون كما أن ماء الرمان يستخدم في علاج الحمى وقروح الرئة وحب الرمان مع العسل يشفي القروح الخبيثة وإذا طبخت الرمانة محلاة بالشراب ثم دقت كما هي ضمدت قروح المعدة وشرب الرمان يقوي الصدر وينقي الدم وهو مدر للبول كما أن حب الرمان ممزوجاً بالعسل يشفى آلام الأذن والإسهال.

• • •

العلاج بالزربيح



الزربيح هو عشب ينمو برياً وعشبه يستخدم بأكمله في العلاج كما أن زيت بذوره يستخدم في العلاج أيضاً، ومن أهم الأمراض التي يستخدم فيها نبات الزربيح هي:

* قتل الدودة الشرطية وعلاج الشلل النصفي وتصلب الأعضاء والتهاب اللثة والنزلات المعوية وهو علاج للكبد والمعدة.

* ولقد أثبتت التجارب العلمية التي أجريت على هذا النبات الهام أنه يحتوي على زيت طيار والتركيب الكيميائي لهذا الزيت يتكون من ٦٠ إلى ٧٧٪ مادة أسكاريدول وهي المادة الفعالة في طرد الديدان المعوية وعلى حوالي ٥٪ جياكحول.

* وزيت هذا النبات عبارة عن سائل أصفر فاتح ذهبي اللون رائحته غير مقبولة ويستخدم في علاج الطفيليات أيضاً كما أثبتت الأبحاث الطبية أنه يفيد في علاج ديدان الأسكارس والإنكلوستوما والله أعلم.

• • •

العلاج بالزعتر



(أولاً): **الاستعمال الداخلي:**

(١) **حالات آلام الصدر والسعال والربو واحتقان الكبد وآلام العادة الشهرية والتهابات الشُعب الهوائية وحصى المثانة والإسهال:**

* يستخدم المريض بأي من هذه الأمراض مغلي أوراق الزعتر بعد تحليته بعسل النحل أو السكر كشراب.

(٢) **لطرد الديدان الشعرية والغازات المعوية:**

* يستخدم المريض مغلي الزعتر شراباً أو حقنة شرجية.

(٣) **لحالات التشنج والذبحة الصدرية والحميات:**

* يستخدم المريض مغلي الزعتر شراباً.

* * *

(ثانياً): **الاستعمال الخارجي:**

(١) **لحالات الرمد وإجهاد العينين:**

* تستخدم الأكياس المملوءة بالزعتر الساخن موضعياً لتسكين الألم.

(٢) لعلاج المرارة:

* توضع الأكياس المملوءة بالزعتر الساخن فوق الجانب الأيمن والأعلى من البطن.

(٣) لآلام الأسنان والتهاب اللوزتين:

* يستعمل مزيج مكون من ١٥ جرام زعتر + ١٠٠ جرام ماء مغلي كمضمضة وغرغرة ٣ مرات يومياً.

(٤) لحالات الإرهاق العصبي والأكازيما المزمنة:

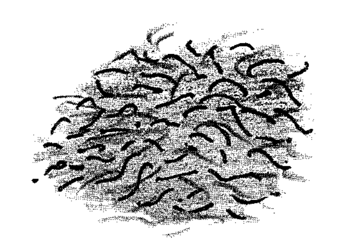
* يستخدم المريض حمام مغلي أوراق الزعتر لمدة عشر دقائق إلى خمس عشرة دقيقة يومياً أو يوماً بعد يوم والزعتر يحتوي على مادة الثيمول التي تعد من أقوى المواد المطهرة القاتلة للميكروبات والطاردة للديدان.

* بالإضافة إلى ذلك فهذا النبات غني بمادة التانيين القابضة والزيوت الطيارة ويحتوي على مواد أخرى مسكنة للآلام ومطهرة.

* وبتقطير الأوراق والأزهار تحصل على زيت الزعتر وهو سائل طيار مائل للاصفرار وهو يدخل في تركيب معاجين الأسنان كما يصنع منه محلول مطهر لغسل الأنف والفم كما يدخل في صناعة بعض أدوية الزكام والسعال والتهاب الحلق وهو علاج لأمراض الذبحة الصدرية والتشنجات ويقتل جرثومة مرض التيفود والدوسنتاريا.

• • •

العلاج بالزعفران



(أولاً): الاستعمال الداخلي:

(١) لتخفيف آلام البرد والسعال الديكي وتهدئة الجهاز العصبي:

* يستخدم مغلي أزهار الزعفران كمشروب دافىء بمعدل ثلاث أكواب يومياً.

(٢) لعلاج حالات عسر الهضم والبول والطمث وضعف الكبد:

* يستخدم مغلي الزعفران بمعدل كوب صباحاً وآخر مساءً قبل النوم.

* * *

(ثانياً): الاستعمال الخارجي:

(١) لحالات نزيف اللثة:

* يستخدم مغلي الزعفران على هيئة مضمضة ٣ مرات يومياً.

(٢) لعلاج الالتهابات الجلدية وتحسين لون البشرة:

* يستخدم زيت الزعفران دهاناً ومغلي الأزهار غسولاً موضعياً.

(٣) لآلام الروماتيزم والتهاب المفاصل :

* يستخدم زيت الزعفران في التدليك الموضعي للأماكن المصابة ويمكن أيضاً استعمال ما يعادل جرام واحد من مسحوق الزعفران مع٣ أكواب من الماء المغلي ويستخدم المزيج في الدهانات الموضعية والتدليك.

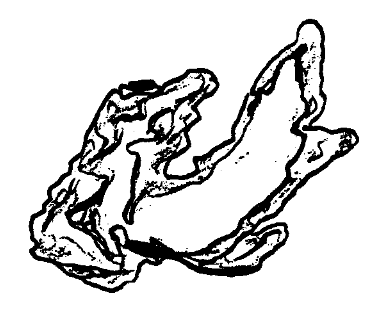
(٤) لتلوين وتجميل شعر الرأس :

* يمكن إضافة مسحوق الزعفران إلى مواد صبغات الشعر لزيادة تـأكيد الألوان حسب الرغبة.

* والزعفران يجلي البصر ويقوي القلب والنفس والمعـدة وهو مهـدىء للحـواس وعلاج للطحـال. . ومدر للبـول ومنشط جنسي وينفع للقـروح الخبيثـة وخاصـة إذا استعمل مـع صفار بيضـة واحدة كمـا يساعـد على تنشيط الجهـاز الهضمي وعـلاج عسـر التبـول والهضم وآلام المعـدة والتشنجـات العصبيـة وقـد استخـدمت خـلاصـة الـزعفـران كمضمضـة لتخفيف آلام اللثـة عند الأطفـال كما يستخـدم زيته في تـدليك حـالات الالتهابات المفصلية.

• • •

العــلاج بالزنجبيل



(أولاً): الاستعمال الداخلي:

(١) لحالات السعال والبرد والغازات المعوية والمغص:

* يستخدم مغلي الزنجبيل المحلى بالسكر بمعدل ثلاث أكواب يومياً لتنشيط الدورة الدموية ومساعدة اللعاب على الإفراز.

* وكذلك يمكن مضغه ومسحوقه بكميات قليلة في حالات سوء الهضم والبرد وضعف الدورة الدموية.

* يستخدم مغلي الزنجبيل ساخناً أيضاً لأنه يولد الشعور بالدفء وينبه المعدة والقلب وينشط الدورة الدموية بأمر الله.

(٢) لإزالة البلغم ولإجهاد الأحبال الصوتية:

* يستخدم المشروب دافئاً لأنه ينشط إفرازات اللعاب ويزل البلغم بإذن الله.

* * *

(ثانياً): الاستعمال الخارجي:

(١) التهابات الأنف والحنجرة:

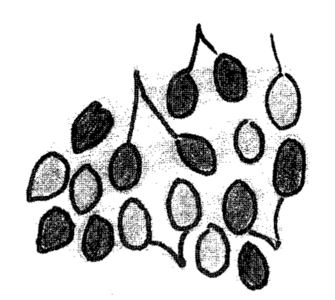
* يستخدم مغلي الزنجبيل كغرغرة ٣ مرات يومياً.

(٢) لحالات العطس المتكرر:

* يستخدم مسحوق الزنجبيل استنشاقاً بكميات قليلة.

● ● ●

العلاج بالزيتون



يستخدم الزيتون كعلاج للحالات الآتية:

(١) لعلاج الإمساك وطرد الحصوات المرارية وتنشيط إفراز الصفراء:

* يستخدم زيت الزيتون بمقدار ملعقة واحدة كل يوم صباحاً على الريق.

(٢) لحالات ضعف المعدة والحميات والغرغرينا:

* يستخدم مغلي أوراق الزيتون بمعدل كوب على الريق صباح كل يوم.

(٣) لإزالة أورام والتهابات اللوزتين والبواسير:

* تستخدم ثلاث حبات من الزيتون بعد إخراج النواة ثم تهرس وتستعمل كلبخات موضعية.

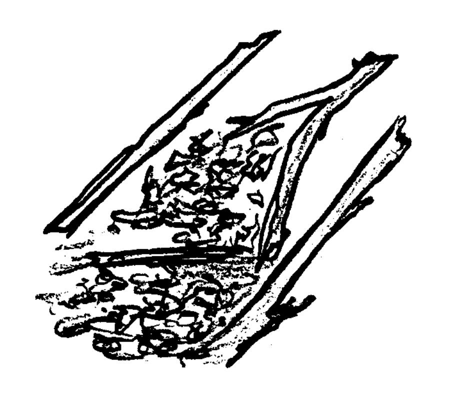
(٤) لحالات نزيف اللثة:

* يستخدم مغلي أوراق الزيتون على شكل مضمضة **٣** مرات يومياً.

* ودهان الشعر بزيت الزيتون ينعمه ويمنع تساقطه كما ينعم البشرة وهو مسكن لآلام المفاصل وعرق النساء وأوجاع الظهر بإذن الله.

● ● ●

العلاج بالسذاب



(أولاً): الاستعمال الداخلي:

(١) لعلاج الأمراض العصبية (الصرع والشلل) وخفقان القلب وضعف الشهية:

* يستخدم مسحوق الأوراق بمعدل نصف ملعقة صغيرة ثلاث مرات يومياً.

(٢) لحالات الروماتيزم:

* يتناول المريض مغلي أوراق النبات بمعدل كوب صباحاً وآخر في المساء كل يوم.

(٣) لطرد الديدان المعوية عند الأطفال وضعف الشهية:

* يمكن إضافة ورقتين من النبات إلى طعام الأطفال اليومي مع تدليك البطن بزيت السذاب.

(٤) التهاب اللوزتين واللثة :

* يستعمل مغلي الأوراق مضمضة وغرغرة ثلاث مرات يومياً.

* * *

(ثانياً): الاستعمال الخارجي :

(١) لإزالة الكدمات وأورام المفاصل وتحسين الدورة الدموية :

* تستعمل حمامات مستحلب الأوراق ككمدات مع منقوع الأوراق الدافىء.

(٢) لحالات الروماتيزم المفصلي والشلل النصفي :

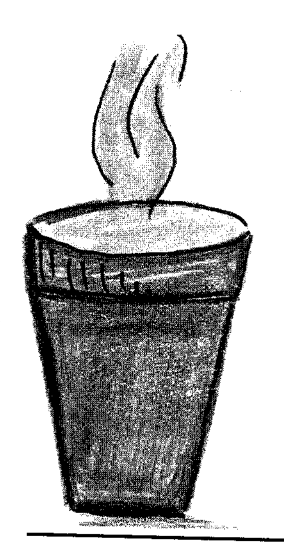
* يستخدم الزيت في التدليك الموضعي وكذلك الحمامات الجزئية بمنقوع الأوراق.

(٣) لإرهاق العينين ولتطهير الجروح :

* يستعمل مغلي الأوراق لإرهاق العينين ككمدات ويستعمل مغلي الأوراق على شكل غسول لتطهير الجروح.

● ● ●

العلاج بالسحلب



(١) لعلاج حالات الدوسنتاريا والبواسير والسل الرئوي والبول الدموي والتيفود والإسهال :

* يستخدم السحلب لعلاج الحالات السابقة كمشروب بمعدل ٣ أكواب يومياً.

(٢) لضعف المعدة والدورة الدموية وفترة النقاهة :

* يتناول المريض هذا المشروب كوباً في الصباح وآخر في المساء.

(٣) في حالات النزيف الداخلي وقرحة المعدة :

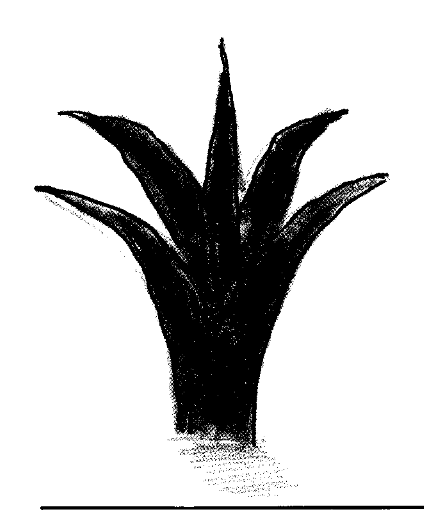
* يتناول المصاب ـــ كوب من السحلب في اليوم الأول، ٣/٤ كوب في اليوم الثاني وفي اليوم الثالث يتناول المريض كوباً كاملاً كل يوم.

(٤) لحالات المغص الكلوي والمعوي والنزلات المعوية :

* يستخدم مغلي السحلب على شكل حقنة شرجية والسحلب مقوي ومضاد للإسهال المزمن وحالات الدوسنتاريا ومرض السل كما أنه منشط للدورة الدموية.

● ● ●

العلاج بالسفرجل



(أولاً): الاستعمال الداخلي:

(١) لضعف القلب ونزيف المعدة والأمعاء والسل الرئوي:

* يستعمل مغلي بذور وشرائح السفرجل والجرعة من ٢ ـ ٣ أكواب يومياً.

(٢) اضطرابات الهضم والأمراض الصدرية والنحافة والإسهال:

* يستعمل مغلي حبوب (مسحوق) السفرجل بمقدار ملعقة مع قليل من مسحوق الأرز وكوب من الماء وذلك بتناوله صباحاً ومساءً.

(٣) التهابات الأمعاء وعسر الهضم:

* تقطع ثمرة السفرجل إلى شرائح وتغلى في لتر من الماء حتى يتبخر نصفه ثم يضاف إليه مقداره ٥٠ جم من السكر والجرعة المناسبة من ٢ ـ ٣ أكواب يومياً.

* * *

(ثانياً): **الاستعمال الخارجي:**

(١) للجروح والحروق والبواسير وتشققات الجلد:

* يستخدم مغلي السفرجل كغسول أو على هيئة كمادات دافئة خاصة بالنسبة لخشونة بشرة الوجه وقد أكد الخبراء الصحيّون أن تناول السفرجل يحفظ المعدة والأمعاء من الأمراض ويزيل متاعب الهضم والتهاب الأمعاء ويساعد في علاج السل الرئوي والسعال الديكي ومرض الربو.

• • •

العلاج بالسلق



(أولاً): الاستعمال الداخلي:

(١) لحالات الإمساك والتهاب القولون والأنيميا:

* يستخدم السلق الطازج بعد غسله جيداً ويوضع ضمن مكونات الطعام اليومي للمريض.

* * *

(ثانياً): الاستعمال الخارجي:

(١) لإزالة آلام الجروح السطحية:

* تستخدم أوراق السلق المسلوقة على شكل ضمادات.

(٢) لعلاج الجروح المتقيحة:

* يستخدم مسحوق أوراق السلق الجافة عن طريق رشها فوق الأماكن المصابة ثم تغطى بقطعة نظيفة من الشاش وتزال في الصباح ويكرر العلاج لحين الشفاء والسلق غني بفيتامين (أ، ج، ك) والأملاح المعدنية

وخاصة الحديد والكالسيوم ولذلك فهو يعتبر عـلاجاً للمصـابين بحالات فقر الدم كما أنه يحتوي على مادة ملينة للمعدة والأمعـاء ويطهـرهما من الغازات.

● ● ●

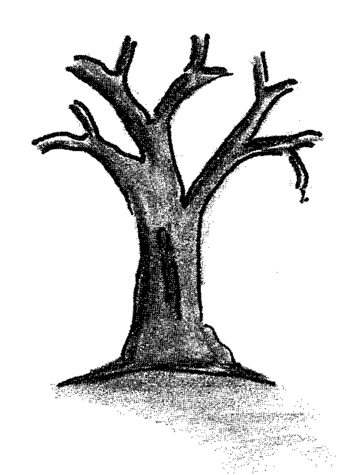
العلاج بالسمسم



يحتوي السمسم على حوالي ٥٠٪ زيت وعشرين ٢٠٪ بروتين وكمية قليلة من النشا والباقي سليلوز ومواد أخرى ويحتوي على عدة أحماض دهنية منها الحامض الزيتي والحامض الكتاني والنخلي والطيبي ويستخرج من السمسم الزيت المعروف باسم «السيرج» الذي يدخل في صناعة الصابون وتحضير الزبدة الصناعية وقد استعمل زيت السمسم لعلاج حالات السل الرئوي وعلاج حالات الشيخوخة وإذا شرب دهنه فإنه يذهب الكحة البلغمية والدموية خاصة بنقيع الصبر وماء الزبيب وهو علاج لضيق التنفس والربو والقولون ونقيعه يساعد في إدرار الحيض وإصلاح الكلى وإزالة السعال المزمن إذا طبخ في الرمان وعلاج أيضاً للكحة والجرب والسعال والقروح.

● ● ●

العلاج بالسنط "سيسبان"



(أولًا): الاستعمال الداخلي:

(١) لإزالة عفونة المعدة والأمعاء وطرد الديدان:

* يستعمل مغلي السنط بمعدل ١ ـ ٢ كوب يومياً.

(٢) لإزالة الصداع والتهاب البواسير:

* يستعمل مغلي النبات بمعدل ٢ ـ ٣ فنجان قهوة يومياً.

* * *

(ثانياً): الاستعمال الخارجي:

(١) التهابات الحلق والفم واللثة:

* يستعمل مغلي السنط كمضمضة من ٣ إلى ٤ مرات يومياً.

(٢) لتطهير الجروح وإيقاف النزيف:

* يستعمل القليل من مسحوق السنط موضعياً مع تغطية المكان برباط من الشاش.

(٣) لعلاج القروح وتشقق أصابع القدمين :

* تستخدم لبخة دافئة من مسحوق السنط ومعجون الحناء موضعياً.

* والسنط علاج للإسهال وطارد لثعابين البطن وعلاج البول الدموي والصرع والبرص والسعال ومضمضة لالتهابات اللسان ولبخات لعلاج الأمراض الجلدية ودهان لعلاج البواسير ومسحوقه لمنع النزيف وتطهير الجروح كما أثبتت التجارب أن السنط إذا أخذ بكميات ضئيلة عن طريق الفم كانت منشطة وملطفة للأمعاء كما أن مسحوق ثماره (المغلي) كمشروب يطهر المعدة وعلاج للحمى.

● ● ●

العلاج بالشِبتْ



(أولاً): الاستعمال الداخلي:

(١) حالات ضعف المعدة وانتفاخ البطن:

* يستخدم ماء الشبت كدواء جيد طارد للغازات للكبار وللأطفال أيضاً.

* * *

(ثانياً): الاستعمال الخارجي:

(١) لتسكين آلام العضلات وأوجاع المفاصل:

* يستعمل زيت الشبت دهاناً مع التدليك وهو نافع لعلاج أوجاع المعدة وحموضتها وحموضة المريء وزيته يسكن آلام المثانة والكلى وزيته لأوجاع الأعصاب كدهان وبذوره تدر اللبن وينفع في المغص ورماده جيد لقروح الجهاز التناسلي للرجال ويحتوي الشبت على زيوت طيارة بنسبة ٢ ــ ٤٪ تقريباً ويتكون من الكارفون والليمونين والفيلاندرين

وتـربين وزيت ثابت وبـروتين كما يحتـوي على مادة الكلوروفيـل ومـواد أخـرى مفيدة للمعـدة والجهاز الهضمي وإزالـة انتفاخ البـطن ويستعمـل النبات كمنشط للمعدة.

• • •

العلاج بالذرة



(أولاً): الاستعمال الداخلي:

(١) لحالات عسر التبول والتهابات المثانة ونزلات البرد والحصوات البولية:

* يستخدم المريض مغلي شواشي الذُرة بنسبة ٢٥ ـ ٥٠ جم لكل لتر ماء ثم يصفى المزيج ويؤخذ منه كوب صباحاً وآخر مساءً.

(٢) لحالات الأنيميا الحادة المصحوبة بنزيف البول الدموي:

* يستخدم المريض نفس الطريقة السالفة بنفس المقادير صباحاً ومساءً.

(٣) لحالات ارتفاع ضغط الدم وتصلب الشرايين وارتفاع نسبة الزلال في البول:

* يستخدم المريض مغلي شواشي الذرة ويستعمل زيته أيضاً في الطعام وأطباق السلطات.

* * *

(ثانياً): الاستعمال الخارجي:

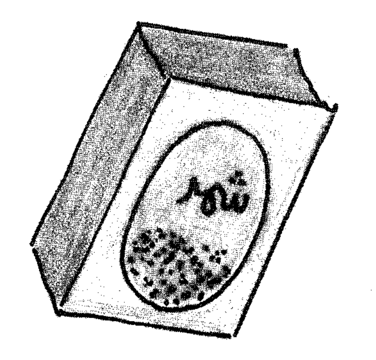
(١) النزلات المعوية للأطفال:

* يستخدم نشا الذُرة على هيئة حقنة شرجيـة وأيضاً كغـذاء ملطف مثل أطباق المهلبية.

* وشـواشي الذُرة أو شعيـرات الذُرة أو حـريره هي عبــارة عن مبـاسم الأزهار المؤنثة لنبات الذُرة وقد تأكدت فوائدها فغليها كشراب مدر للبول وتسكين بعض الآلام وعـلاج التهاب المثـانـة ونـزلات البـرد ومسـاعـدة الحصوات البولية على الخروج ومعـالجة ارتفـاع نسبة الـزلال في البول وعلاج بعض أمراض القلب كمـا أكد الخبـراء أن مغلي الشـواشي يفيد في علاج أمراض الجهازالبولي المصحوب بنوع من الأنيميا الخطيرة.

• • •

العلاج بالشمر



(أولاً): الاستعمال الداخلي:

(١) لحالات المغص والقيء وغازات المعدة:

* يستخدم مغلي بذور الشمر بمعدل كوبين أو ثلاثة أكواب يومياً كما يمكن وضع بضع نقاط من زيت الشمر على قطعة من السكر يتناولها الطفل حيث أن الشمر يعتبر منبهاً للمعدة ومطهراً لها من الغازات.

(٢) لعسر البول والطمث والتهاب الكلى والمسالك البولية:

* يستخدم مشروب مغلي بذور الشمر للحالات السابقة.

(٣) حالات الاضطرابات المعدية والهضمية والإمساك والصرع:

* يتناول المريض يومياً كوبين من مغلي بذور الشمر مرة صباحاً وأخرى مساءً.

(٤) مهدىء ومنوم للأطفال:

* يستعمل مغلي بذور الشمر شراباً للأطفال كمهدىء ومنوم وذلك

بوضع مقدار ملعقة صغيرة من مسحوق بـذور الشمر في كـوب من الماء المغلي لتهدئة الأعصاب.

* كما يستعمل مغلي الشمر مع الكراوية مناصفة أيضاً.

* * *

(ثانياً): الاستعمال الخارجي:

(١) حالات إجهاد العينين:

* يستخـدم المريض كمـادات مغلي بذور الشمـر موضعيـاً فوق أمـاكن الإجهاد لمدة عشر دقائق يومياً.

(٢) التهابات الفم واللثة:

* يستعمل مغلي الشمر مضمضة وغرغرة.

(٣) لحالات المغص المعوي للأطفال:

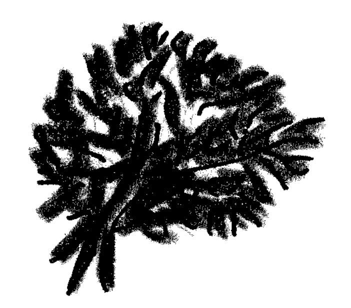
* يستخدم مغلي الشمر على هيئة حقن شرجية.

(٤) حالات التهابات الأعضاء التناسلية:

* تستعمـل الأوراق الطازجـة للشمر بعـد غليهـا في المـاء على شكـل كمدات أو لبخات.

• • •

العـلاج بالشـيح



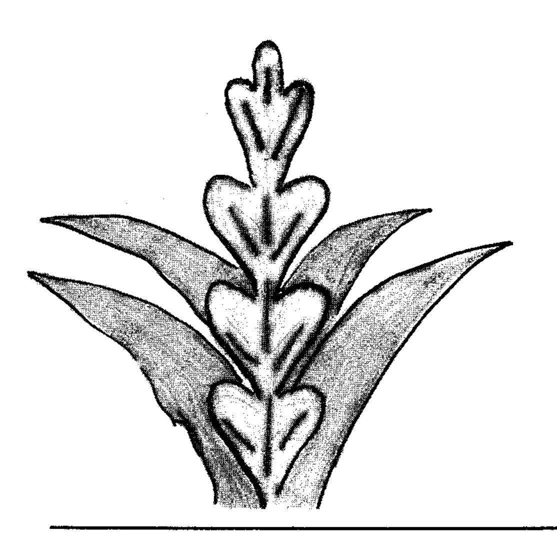
إن المواد الفعالة في الشيح تتميز برائحة خاصـة وهي عديمـة اللون لها طعم يميل إلى المرارة ومن أهم الفـوائد الـطبية للشيـح هي أنه طـارد لديـدان الأسكارس الاسطوانية من الأمعاء كما أن منقوع مغلي الشيح يساعد على فتح الشهية وتقوية المعدة ويزيل حالات المغص وآلام المعدة.

* ومن الملاحظات الهامة أن الشيـح إذا أخذ بكميـات كبيرة في حـالة مـا إذا كان البول حامضاً يكسبه لوناً أصفـر أما إذا كان البول قلوياً فيكسبه لونـاً أحمـر أرجوانياً.

* ورماده مخلوط بزيت اللوز دهان نافع لعلاج الأمراض الجلدية ويكمد بمائه المـرمد ويمنـع الحكة السـوداء ويخرج الـديـدان وتسكين الأورام والـدمـامـل بأمر الله.

● ● ●

العلاج بالصبار



(أولاً): **الاستعمال الداخلي**:

(١) حالات الإمساك والمغص وسوء الهضم وضعف المعدة والكبد:

* يستعمل الصبار بمعدل ملعقة واحدة صباحاً قبل الإفطار (من عصير الصبار).

(٢) علاج قرحة المعدة والأمعاء:

* يستخدم لب نبات الصبار أو خلاصته بمعدل ملعقة صغيرة يومياً.

* **ملحوظة وتنبيه**: يجب على السيدات الحوامل ومرضى البواسير عدم تناول عصير الصبار خوفاً من تأثيره على النهاية السفلي للأمعاء الغليظة.

* * *

(ثانياً): **الاستعمال الخارجي**:

(١) علاج حب الشباب:

* يستعمل عصير الصبار كدهان موضعي ثلاث مرات يومياً بعد غسل المكان جيداً.

(٢) علاج القروح والتئام الجروح :

* يستعمل عصير الصبار كدهان موضعي مرتين يومياً.

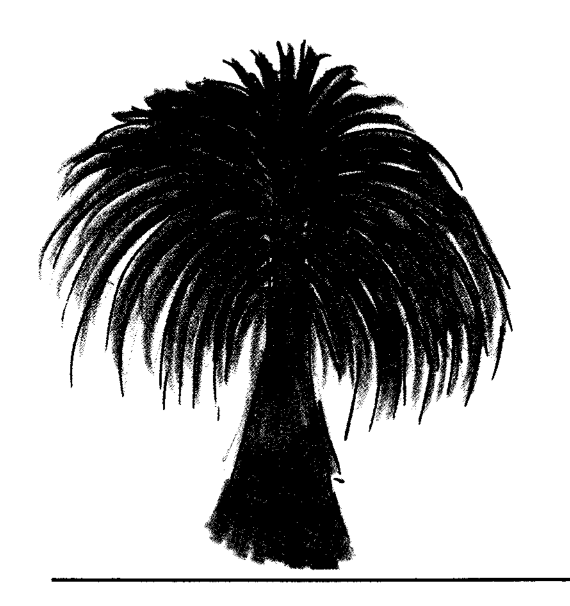
(٣) لقروح الفم والأذن :

* يستعمل عصير الصبار كدهان موضعي ثلاث مرات يومياً.

(٤) إزالة أورام المفاصل وآلام العضلات :

* يستعمل عصير الصبار كدهان موضعي مع التدليك مرتين أو ثلاث مرات يومياً مع تدفئة المكان المصاب.

● ● ●



العلاج بالصفصاف

(أولًا): الاستعمال الداخلي:

(١) لخفض نسبة ارتفاع السكر في الدم:

* يستعمل المريض مغلي أوراق الصفصاف بمعدل كوب واحد في الصباح.

(٢) حالات الحمى المتقطعة والروماتيزم المفصلي والنقرس والتهاب المثانة وارتفاع درجة الحرارة:

* يستعمل مغلي أوراق وقشور الصفصاف كمشروب بمعدل ٢ ـ ٣ أكواب يومياً.

* * *

(ثانياً): الاستعمال الخارجي:

(١) لعلاج القروح وعدم تلوث الجروح والأمراض الجلدية المزمنة:

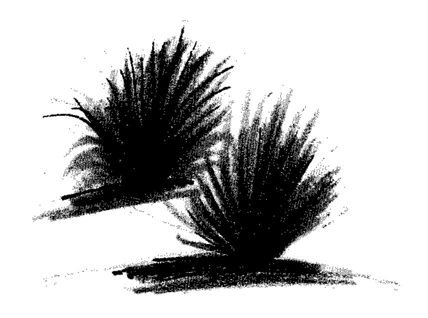
* تستعمل كمدات مغلي أوراق وجذور وقشور الصفصاف فوق المناطق المصابة موضعياً.

(٢) التهاب اللوزتين واللثة والفم :

* يستعمل مغلي الصفصاف كغرغرة أو مضمضة **٣** مرات يومياً.

* وقد توصل بعض الباحثين إلى تركيبة علاجية على شكل عقار من خلاصة أوراق الصفصاف لعلاج مرضى السكر والروماتيزم الحاد والانفلونزا والملاريا كما أن مغلي أوراق الصفصاف يفيد في علاج الأمراض الجلدية المزمنة وحالات عسر التبول والتهاب الرحم والأغشية المبطنة.

• • •



العلاج بالعشار

«عروق الذهب»

(أولاً): الاستعمال الداخلي:

(١) حالات الإسهال والدوسنتاريا الأميبية وطرد البلغم:

* يستعمل المريض مغلي جذور النبات بمعدل كوب صغير صباحاً وكوب آخر مساءً.

(٢) حالات البرد الحاد والالتهاب:

* تستعمل كمية قليلة من مسحوق النبات المذاب في الكحول بمعدل من ٤ إلى ٦ نقط على ملعقة صغيرة مرتين يومياً تحت إشراف الطبيب المعالج.

* * *

(ثانياً): الاستعمال الخارجي:

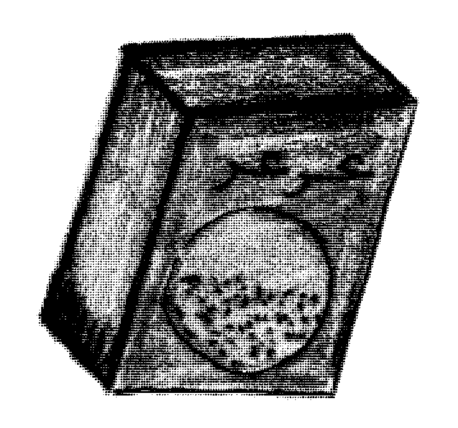
(١) الأكازيما والجزام وبعض الأمراض الجلدية:

* يستعمل كمدات مغلي النبات بمعدل مرتين أو ثلاث مرات يومياً

وعـرق الـذهب بـاستعمـال كميـات ضئيلة منـه يسـتخـدم لعـلاج البـرد والالتهابات البسيـطة وتصنع منـه أقراص لقتـل الطفيليـات والدوسنتـاريا الأميبية . . أما المادة اللبنية فهي سامة جـداً ومهيجة لـلأغشية المخـاطية وضـارة بالسيـدات الحوامـل ولذلـك فهذا النبـات لا يستعمـل إلَّا تحت أشراف الطبيب المعالج .

• • •

العلاج بالعرعر



(أولاً): الاستعمال الداخلي:

(١) لعلاج أوجاع الصدر والغازات المعوية والسعال وضيق الرحم:

* يستعمل مغلي حبوب العرعر بنسبة ٢٥ حبة لكل كوب من الماء والجرعة المناسبة ثلاثة أكواب يومياً.

(٢) حالات عسر التبول وحصوات المجاري البولية والاستسقاء:

* يستخدم المريض بالحالات السابقة مشروب العرعر بنسبة ٢٥ جرام عرعر + ١٨٠سم٢ ماء مغلي + ٥ جم نترات البوتاسيوم + ٥ جرام عسل نحل والجرعة المناسبة من ٢ ــ ٣ أكواب يومياً أو حسب إرشادات الطبيب.

(٣) لعلاج الأمراض الجلدية المزمنة والبثور والدمامل:

* يستعمل مغلي العرعر بنسبة ٢٠ جرام لكل كوب ماء والجرعة المناسبة من ٢ ــ ٤ أكواب يومياً.

(ثانياً): الاستعمال الخارجي:

(١) لحالات الروماتيزم العضلي والمفصلي:

* تستخدم حمامات مغلي العرعر الساخن لمدة من ١٠ إلى ١٥ دقيقة وبعدها يجفف الجسم جيداً ثم تدلك الأماكن المصابة بزيت العرعر بمعدل مرتين أو ثلاث مرات يومياً.

(٢) لإزالة الرائحة الكريهة من الفم:

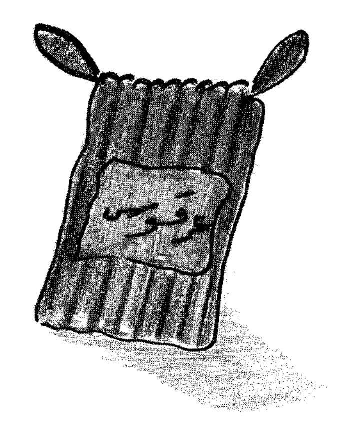
* يستعمل حب العرعر مضغاً في الفم لفترة كافية ثم يغسل الفم بالماء جيداً كما أن مغلي الحبوب يفيد في تنقية المعدة.

(٣) للأمراض الجلدية والدمامل:

* يستخدم لهذه الأمراض زيت العرعر كدهان كذلك يمكن استخدام الأوراق بعد غليها ككمدات أو لبخات.

• • •

العلاج بالعرقسوس



(أولاً): الاستعمال الداخلي:

(١) لعلاج حالات الإسهال والتهابات الأنف والحنجرة والقصبة الهوائية:

* يستخدم لعلاج هذه الحالات منقوع العرقسوس بمعدل ثلاث أكواب يومياً.

(٢) لطرد البلغم وخشونة الصوت والتهاب الأغشية المخاطية والنقهاء من الأمراض والنفساء:

* أيضاً منقوع العرقسوس بمعدل ثلاث أكواب يومياً.

(٣) لعلاج كسل الكبد والصفراء وعسر التبول:

* كسابقيه.

(٤) لعلاج قرحة المعدة والأمعاء:

* يستخدم منقوع العرقسوس مخلوطاً مع مغلي اللبان الذكر (المر)

بمقدار من كوب إلى ٣ أكواب يومياً.

(٥) لإزالة الحموضة الزائدة للمعدة:

* يكتفي المريض بتناول العرقسوس بمفرده كمشروب يـومي عادي في أي وقت يشاء.

(٦) لعلاج الإمساك المزمن:

* من أقـدم الأدوية فـاعلية في عـلاج الإمساك ومـا زالت تستعمل حتى اليوم بنجاح كملين طبيعي للأمعاء ولتلطيف المعدة دون أي آثار جـانبية هي العرقسوس + كبـريت نبـاتي + سنـامكي + شمـر بكميـات متسـاويـة والجرعة المناسبة هي كوب صباحاً على الريق وآخر مساء قبل النوم:

وصفة أخرى لعلاج حالات الإمساك المزمن:

تتكون هذه الوصفة من:

٤٠جم زهرة الكبريت
+ ٤٠جم شمر
+ ٦٠جم سنامكي
+ ٦٠جم عرقسوس
+ ٢٠٠جم سكر

وتسحق هذه العناصر وتمزج جيداً ويتعاطاها المـريض على شكل سفـوف والجرعـة المناسبـة ملعقة صغيـرة مساء أمـا إذا تناول المـريض ملعقتين فإنهما تعملان كمسهل.

• • •

العلاج بعروق الصياغين



يستخدم لعلاج:

(١) حالات التهاب الكبد والمرارة وقرحة المعدة والأمعاء وسرطان الاثني عشر والتهابات الكلى والمثانة والاضطرابات الهضمية ونزلات البرد:

* يستخدم مغلي الأوراق بنسبة جرام واحد من مسحوق الأوراق الجافة لكل كوب من الماء المغلي والجرعة المناسبة كوب أو كوبان يومياً ويمكن عمل مزيج مكون من عصير الأوراق والسيقان ممزوجاً مع كمية من زيت الزيتون بمقدار (٥٠ جرام) ويستخدم كدهان موضعي مرة أو مرتين يومياً.

* **ملحوظة:** يجب عدم تلوث اليدين أثناء استخدام المزيج السابق ذكره لأن هذا النبات سام ولذلك يجب التأكد من نظافة اليدين تماماً بعد الاستعمال كما يا حبذا ارتداء قفاز بلاستيك قبل استعماله.

● ● ●

العلاج بالعشبة

(أولاً): الاستعمال الخارجي:

(١) للأمراض الجلدية وخاصة الزهري:

* يستخدم منقوع العشبة كغسول بمعدل من ٣ إلى ٤ مرات يومياً ويمكن الاستفادة من المنقوع داخلياً على هيئة مشروب عن طريق الفم.

(٢) لعلاج حالات الروماتيزم:

* يستعمل منقوع العشبة كمشروب وأيضاً كدهان موضعي ٣ مرات يومياً.

* * *

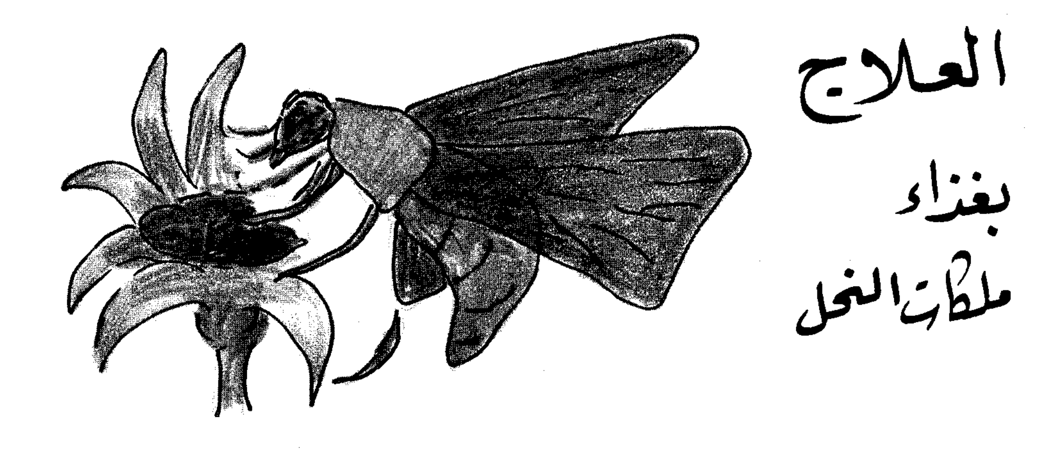
(ثانياً): الاستعمال الداخلي:

(١) لحالات الروماتيزم وعسر التبول وزيادة الأملاح بالجسم وسوء الهضم:

* يستخدم منقوع العشبة بمعدل ٣ أكواب يومياً وقد اتضح أنها تساعد

على إفـراز العرق وزيـادة إدرار البول وعـلاج بعض الأمراض التنـاسليـة كالزهـري والجلدية والـروماتيـزم المزمن كمـا تدخـل في صناعـة بعض العقاقير المقوية للجهاز الهضمي وتنقية الدم.

• • •



العلاج بغذاء ملكات النحل

(أولاً): الاستعمال الداخلي:

(١) لحالات الضعف العام والانهيار العصبي والنورستانيا وقرحة المعدة والتهاب غدة البروستاتا واضطرابات سن اليأس عند النساء وحالات ارتفاع ضغط الدم والضعف الجنسي عند النساء والرجال وخشونة البشرة والتجاعيد المبكرة وسوء التغذية:

* يتناول المريض بأحد هذه الأمراض الغذاء الملكي يومياً ما يعادل من ٤٠ إلى ٥٠ مللجم أو مخلوطاً مع العسل بنسبة من ١ ـ ١٠٠ مللجم بمعدل ملعقة صغيرة أي حوالي ٥جم أو تستحلب كبسولة الغذاء الملكي تحت اللسان وقد يوضع الغذاء الملكي في أقراص تذوب في المعدة أو الأمعاء تبعاً للحالة وقد يستعمل مسحوق الغذاء الملكي مضافاً إلى زبدة الكاكاو.

* وهناك العديد من الكبسولات الطبية التي تحتوي على الغذاء الملكي ويمكن تناول كبسولة واحدة يومياً لمدة ثلاثة أيام ثم واحدة يوماً

بعد آخر كما يمكن إضافة غذاء ملكة النحل بحالته الخام إلى العسل أثناء تناوله.

* الجرعات المناسبة التي يجب على المريض أن يتعاطاها من غذاء ملكة النحل هي كما أسلفنا ولمدة شهر واحد فقط ثم يتوقف بفترة راحة لمدة شهر ثم يعاود المريض تناول الجرعات مرة أخرى حسب ما ذكرنا.

* * *

(ثانياً): الاستعمال الخارجي:

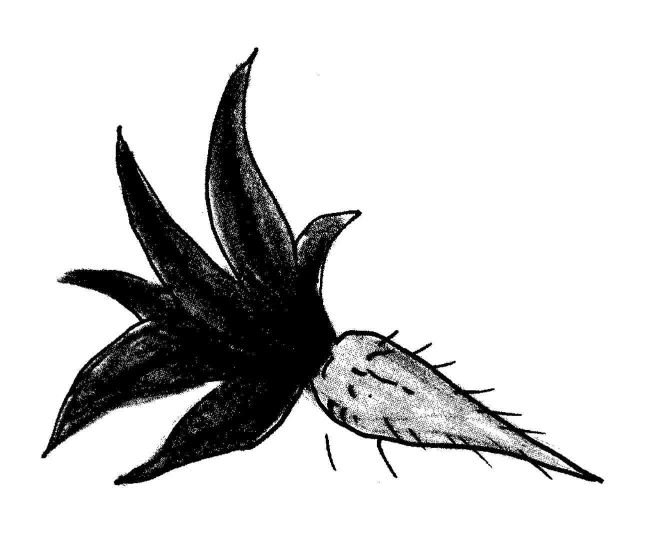
(١) لعلاج حالات الالتهابات الجلدية والبقع وخشونة الجلد وتجاعيد الوجه:

* يستخدم كريم غذاء ملكة النحل على هيئة دهان بعد غسل وتنظيف الوجه جيداً بحيث توضع طبقة خفيفة جداً من الكريم على جميع أجزاء الوجه والرقبة بالتساوي مع ضرورة استخدام حركات للتدليك الدائرية من أسفل إلى أعلى لمدة ٣ دقائق.

* يفضل حسب رأي خبراء التجميل استخدام كريم غذاء ملكة النحل بصفة منتظمة يومياً لمدة شهرين ثم الحصول على فترة راحة تامة للبشرة لمدة لا تقل عن أسبوعين ولا تزيد عن شهر قبل العودة لاستخدام الكريم مرة أخرى حسب الحالة المرضية.

• • •

العلاج بالفجل



(أولاً): الاستعمال الداخلي:

(١) لعلاج حالات البرد والسعال الديكي:

* يتناول المصاب رأس فجل مملوء من الداخل بالسكر أو عصير الفجل بمعدل ٣ ملاعق يومياً.

(٢) للإمساك وعسر الهضم وأمراض الكبد والصفراء:

* يستعمل المريض عصير الفجل الطازج بمعدل كوب صباحاً على الريق وآخر بعد الغذاء.

(٣) حالات الروماتيزم والنقرس وأوجاع المفاصل ولقلة إفراز لبن المرضعات:

* يستعمل المرضى بالحالات السابقة عصير الفجل من ٢ ــ ٣ أكواب يومياً.

* **ملحوظة:** يجب على المصابين بأمراض الكلى عدم تناول الفجل نهائياً حتى لا يحدث نزيف.

(ثانياً): الاستعمال الخارجي:

(١) لإزالة الآلام الروماتيزمية:

* يستعمل خليط مكون من كوب ونصف عصير فجل وكوب عسل نحل مع ملعقة ملح الطعام كدهان موضعي.

(٢) لعلاج وإزالة آلام المغص المراري والصداع والقروح:

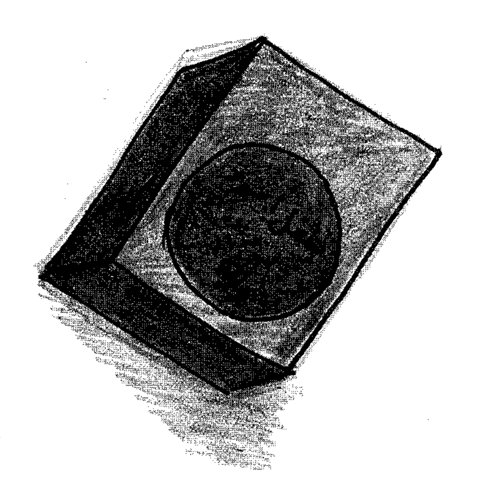
* تستعمل لبخات مكونة من مبشور رأس الفجل فوق المناطق المصابة كضمادات أما بالنسبة للصداع فتوضع اللبخة فوق مؤخرة الرأس.

(٣) لعلاج شوائب البشرة والنمش وآلام البرد:

* يستعمل خل الفجل كدهان موضعي مرتين يومياً وطريقة تحضير هذا الدهان كالتالي:

* كمية متساوية من عصير الفجل (الرؤوس) + خل ويوضع المزيج داخل زجاجة محكمة السد وتترك لمدة أسبوعين ثم يصفى المنقوع بعد ذلك ويستخدم كدهان.

• • •



العلاج بالفلفل الأسود

(أولاً): الاستعمال الداخلي:

(١) لتسكين حالات المغص وتنشيط الهضم وطرد الرياح وعلاج ضعف الشهية:

* يستخدم الفلفل بإضافته إلى بعض أنواع الطعام أثناء الطهي فهو يساعد على تنشيط الجهاز الهضمي ويساعد على إزالة الانتفاخ كما يسكن حالات المغص المعوي وفاتح الشهية أيضاً.

* * *

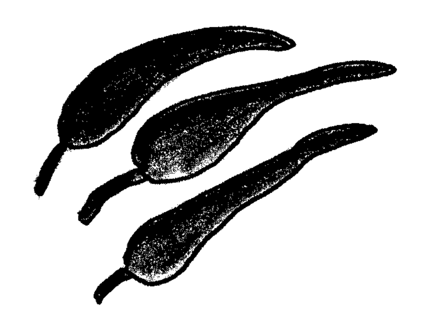
(ثانياً): الاستعمال الخارجي:

(١) لعلاج حالات الروماتيزم:

* يستخدم الفلفل الأسود من الخارج على شكل دهان موضعي لغرض زيادة تنبيه وتنشيط الجلد والدورة الدموية.

• • •

العلاج بالفلفل الأحمر "الشطة"



(أولاً): الاستعمال الداخلي:

(١) حالات ضعف الشهية وسوء الهضم:

* تستخدم قرون الشطة على هيئة مسحوق لرشه على الوجبات الغذائية بكميات مناسبة.

* * *

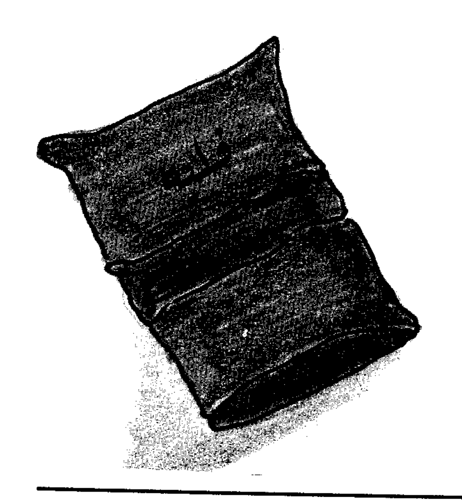
(ثانياً): الاستعمال الخارجي:

(١) علاج الروماتيزم العضلي والمفصلي:

* يستخدم مسحوق الشطة بنسبة ملعقتين صغيرتين مع ملعقة من ملح الطعام على نصف لتر من الخل ويُغلى المزيج جيداً ثم يُصفى ويُستعمل على شكل دهان موضعي مرة صباحاً وأخرى مساءً قبل النوم مع عدم تدليك مكان الإصابة وهو منبه قوي للمعدة وفاتح للشهية وتساعد على إفرازات المعدة والأمعاء وتدخل الشطة في صناعة بعض دهانات الروماتيزم.

• • •

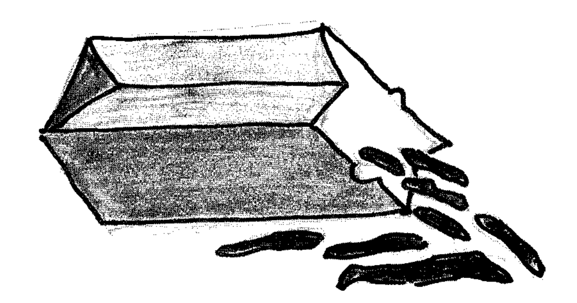
العـلاج بالفليـه



* يحتوي هذا النبات على زيوت عطرية لهـا رائحة قـوية نفـاذة تشبه النعنـاع وطعمها لاذع وهي منعشة ومنبهة للأعصاب وفاتحة للشهية.

* ولـزيت الفلية تـأثيرات منبهـة ومسكنة لحـالات المغص النـاتـج عن كثـرة الغازات بالمعدة كما أن مغلي أعشـاب الفلية يـطرد البلغم ويفيد في التخلص من الأزمـات الصـدريـة والتهـابـات الجهـاز التنفسي وآلام الـطمث والمغص والتشنجات العصبية وينفع في علاج السعال وطرد الريح من الأمعاء وله فـوائد أيضاً في علاج البهاق وعرق النساء ولسع الحشرات.

●●●



العلاج بالقرفة

لقد أكد العلم الحديث على أهمية ومميزات القرفة كمطهر وكعلاج ووقاية من الآلام والأمراض والمتاعب التي منها:

(١) حالات البرد والسعال وآلام الرحم وعسر التبول والعادة الشهرية:

* يستخدم مشروب مغلي القرفة بمعدل ٣ أكواب يومياً.

(٢) حالات التخمة والغثيان وانتفاخ المعدة والمغص المعوي وضعف الشهية:

* يستعمل مسحوق القرفة مع الزنجبيل والحبهان كمشروب ساخن للشفاء.

* * *

الاستعمال الخارجي:

(١) علاج الكلف والنمش والصداع والزكام وآلام الأذن:

* يستخدم زيت القرفة موضعياً على أماكن الإصابة ومن أهم مميزات

زيت القرفة أنه طارد للغازات وقابض للإسهال ومضاد للتشنج ومطهر للحميات المعوية.

* وزيت القرفة مقوي منشط للدورة الدموية ويدخل في تركيب الكثير من الأدوية الطبية وتعتبر القرفة مدفئة للجسم وفاتحة للشهية ومنشطة للمعدة والجهاز الهضمي.

● ● ●

العلاج بالقرنفل



(أولاً): **الاستعمال الداخلي:**

(١) ضد حالات الرغبة في القيء وانتفاخ المعدة والمغص:

* يستخدم القرنفل على شكل استحلاب بالفم أو يضاف بعض نقاط من الزيت على أحد المشروبات الدافئة.

* * *

(ثانياً): **الاستعمال الخارجي:**

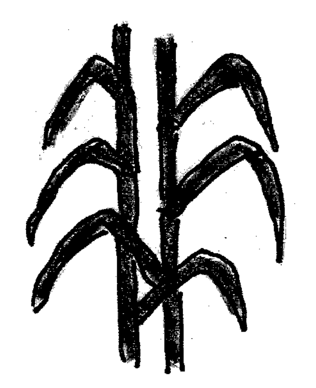
(١) لتسكين آلام الأسنان:

* تشبع قطنة بزيت القرنفل وتوضع على مكان الألم أو يستخدم مسحوق القرنفل الجاف فوق الألم مباشرة.

* والقرنفل طارد لغازات المعدة ومفيد في حالات الغثيان وتسكين الآلام ومساعد على الهضم وضد التشنجات وغالباً ما يستخدم في طب الأسنان.

● ● ●

العلاج بقصب الذريرة



يستخدم هذا النبات في:

(١) علاج لضعف الشهية وعسر الطمث وضعف المعدة:

* يستخدم مغلي النبات ومسحوقه كمشروب لأنه منبه جيد للمعدة.

(٢) حالات السعال وتسكين آلام الأسنان والحميات:

* يستخدم مغلي النبات على شكل مضمضة وأيضاً يمكن مضغ النبات نفسه.

(٣) لإخراج حصوات الكلى والمثانة:

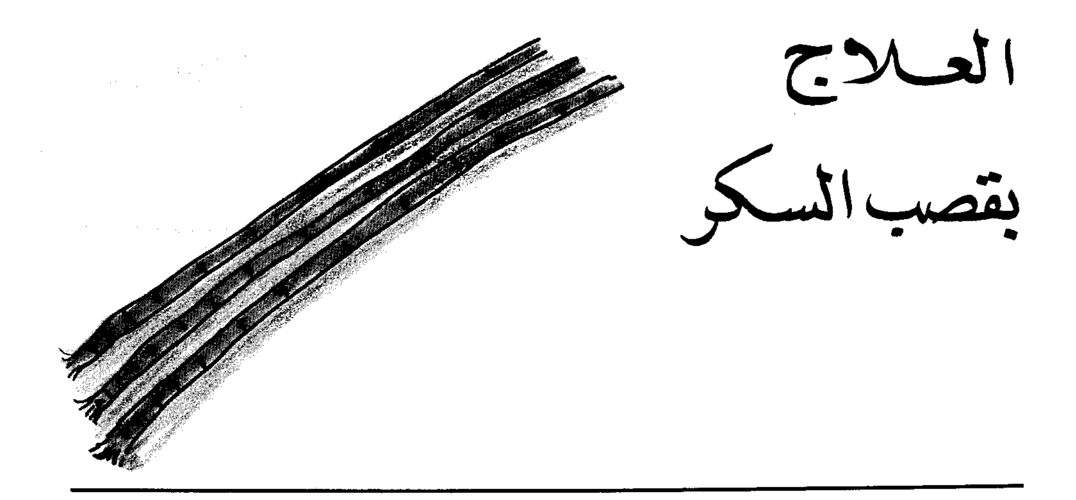
* يستعمل مغلي النبات بمعدل ٣ أكواب يومياً أو ٣ ملاعق صغيرة من الزيت يومياً.

(٤) الالتهابات الجلدية:

* يستخدم مسحوق النبات ممزوجاً بالماء الدافىء على شكل لبخات كما يمكن إضافة المسحوق إلى مياه الحمام وكذلك استخدام الزيت كدهان موضعي للحصول على بشرة صافية.

●●●

العلاج بقصب السكر



(أولاً): الاستعمال الداخلي:

(١) علاج عسر التبول ومرض الصفراء والإمساك وضعف الكلى وفقر الدم:

* يستخدم عصير القصب بمعدل ٣ أكواب يومياً.

(٢) علاج حالات السعال المزمن والتهاب الأحبال الصوتية والحنجرة:

* يستخدم عصير القصب مضافاً إليه عصير الليمون.

* * *

(ثانياً): الاستعمال الخارجي:

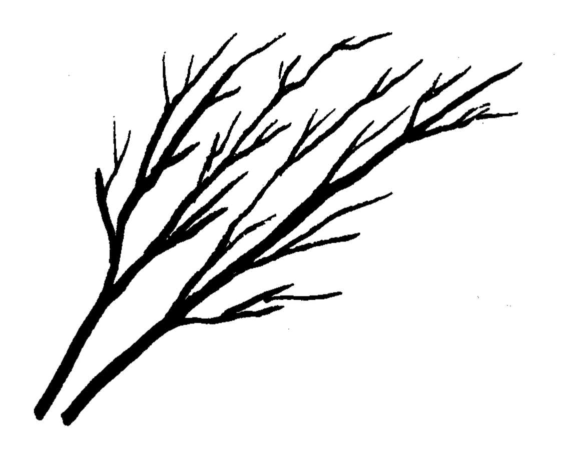
(١) حالات اضطرابات القناة الهضمية:

* تستخدم حقنة شرجية مكونة من العسل الأسود المخفف بالماء الدافىء.

* وعصير القصب (السكر) مفيد للعظام والكبد وزيادة إدرار البول وتنشيط وظائف الكليتين.

• • •

العلاج بالقنطريون



(أولاً): الاستعمال الداخلي:

(١) حالات ضعف المعدة واضطرابات الكبد والطحال:

* يستعمل منقوع مسحوق النبات الجاف بمعدل ٣ فناجين صغيرة الحجم يومياً بمعدل ملعقة صغيرة من المسحوق لكل كوب صغير من الماء.

* * *

(ثانياً): الاستعمال الخارجي:

(١) للقروح المزمنة والدمامل:

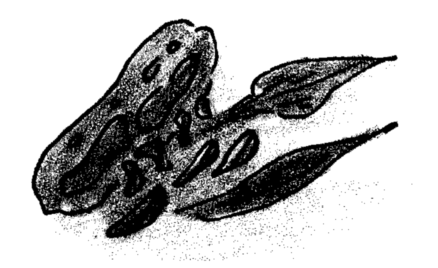
* يستعمل مسحوق النبات موضعياً فوق القروح وبالنسبة للبثور المغلفة يستعمل منقوع المسحوق على شكل غسول ويمكن لزيادة فائدة العلاج استخدام مشروب منقوع النبات بمعدل ٣ أكواب يومياً كشراب.

* والقنطريون يحتوي على مواد مرة قوية وفاتحة للشهية ومنبهة

لإفرازات الغدد ومفيدة لعلاج الربو والتهاب المثانـة والكلى والبروستـاتا واضطرابات المعدة والكبد والطحال والإسهال كما هو مفيد في حـالات الأنيميا الحادة.

• • •

العلاج بالكافور



(أولاً): الاستعمال الداخلي:

(١) حالات عسر الهضم والديدان المعوية والتيفود والتهاب الشعب الهوائية والحمى المتقطعة:

* يستعمل منقوع أو مغلي أوراق الكافور بمعدل ٣ أكواب يومياً.

(٢) علاج اللثة:

* يستعمل منقوع ماء الكافور أو مغلي الأوراق كمضمضة ٣ مرات يومياً كما يمكن دهان اللثة بزيت الكافور.

(٣) حالات البرد والسعال والزكام:

* يستنشق المريض البخار المتصاعد من مغلي أوراق الكافور.

(٤) علاج عسر التنفس والربو:

* تستعمل أوراق الكافور على شكل لفافات لتدخينها أو استنشاق حريقها.

* **ملاحظة**: يجب عدم الإفراط في تناول الكافور أو تعاطيه لمدة طويلة حتى لا يؤدي إلى الصداع أو التقلصات أو الإدمان عليه.

* * *

(ثانياً): الاستعمال الخارجي:

(١) لإزالة الآلام الروماتيزمية:

* يستعمل زيت الكافور مخلوطاً بزيت الزيتون في التدليك الموضعي قبل النوم.

(٢) لعلاج الالتهابات الجلدية السطحية والحروق المتقيحة:

* يستعمل زيت الكافور كدهان موضعي بكميات قليلة مع عدم التدليك حتى لا يتسبب في الالتهابات.

• • •

العلاج بالكبريت النباتي



(أولاً): الاستعمال الداخلي:

(١) علاج التهابات الكبد والكلى والمسالك البولية:

* يستخدم مغلي مسحوق النبات كمشروب بمقدار كوب واحد أو اثنين يومياً.

* * *

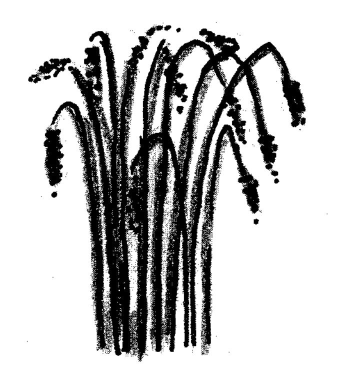
(ثانياً): الاستعمال الخارجي:

(١) لإبادة الجراثيم وسرعة شفاء التسلخات والالتهابات الجلدية:

* استعمال المريض لهذا النبات يفيده في بناء الأنسجة ومنع التهابات المثانة والكبد والكلى واتضح أخيراً أنه يوسع المجاري البولية بإذن الله سبحانه وتعالى.

● ● ●

العلاج بالكتان



(أولاً): الاستعمال الداخلي:

(١) للإمساك وقرحة المعدة والأمعاء وحصوات والتهابات الجهاز البولي:

* يستخدم مشروب مغلي بذور الكتان بمعدل من ١ إلى ٢ كوب يومياً.

(٢) للقروح وتيفوئيد الأمعاء والحصوات المرارية ونوبات المغص:

* يستخدم زيت الكتان بمعدل ملعقة صغيرة ٣ مرات يومياً.

* * *

(ثانياً): الاستعمال الخارجي:

(١) لقروح الجلد والتهابات الغدة النكفية:

* تستخدم لعلاج هذه الحالات لبخات بذر الكتان كدهان موضعي.

* وبذر الكتان يسكن الصداع المزمن ويصلح الشعر ويسكن المفاصل والنقرس وعرق النساء ومنقوعه يستعمل لعلاج نزلات البرد والجهاز التنفسي ويفيد المعدة والتهاب الكلى والمثانة ويساعد على إدرار البول وعلاج السعال الناتج عن تهيج البلعوم.

● ● ●

العلاج بالكرات



ورد ذكر الكرات في الوصفات المكية القديمة كمبرد للأوعية الدموية ولعلاج عضة الثعبان، وكان أطباء العرب القدماء يصفونه لمرضى آلتهاب القصبة الهوائية ممزوجاً مع البصل لاحتباس البول ومخلوطاً مع السلق، ومن أهم ما يعالجه الكرات من حالات:

(١) حالات الحمى وعسر التبول والطمث والسعال:

* يستخدم الكرات الطازج المغسول جيداً أكلاً بمفرده أو مع البصل.

(٢) لعفونة المعدة:

* يستخدم مغلي الأوراق على هيئة مشروب.

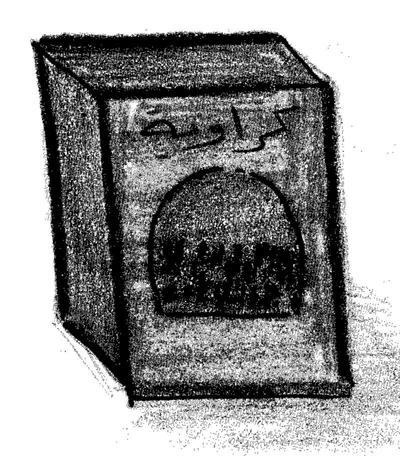
(٣) تطهير البثور وسرعة شفائها:

* يستخدم مسلوق الأوراق الطازجة موضعياً على هيئة ضمادات.

* والكرات مدر للبول ومسكن للألم الناتج عن قطع البواسير وفاتح للشهية أيضاً.

• • •

العلاج بالكراويه



عرف العرب القدماء الكراويه وبقدرتها على طرد الرياح من المعدة والمساعدة على الهضم وقد أكد العلم على وجود زيوت طيارة بالكراويه وعدة مواد أخرى منشطة لإفرازات المعدة والأمعاء والغدد اللعابية . . .

ومن أهم الحالات التي تعمل الكراويه على معالجتها:

(١) حالات المغص وانتفاخ البطن وإدرار لبن الأم وللمرأة النفساء:

* يستعمل مغلي بذور الكراويه بمعدل ملعقة من مسحوق البذور لكل كوب ماء مغلي والجرعة المناسبة للكبار من ١ ـ ٢ كوب يومياً أما بالنسبة للأطفال فتكون ملعقة صغيرة من البذور لكل كوب حليب مغلي.

* ماء الكراويه المركز لإزالة الغازات المعوية والمغص الشديد.

* * *

الاستعمال الخارجي :

(١) حالات المغص المعوي للأطفال :

* تسخن وتحمص بذور الكراويه ثم توضع وهي دافئة داخـل كيس من القماش فوق منطقة البطن وتثبت برباط .

(٢) لإزالة آلام أسفل البطن وأوجاع المبيضين :

* يستعمل زيت الكراوية كدهان موضعي للتدليك .

(٣) لآلام المفاصل والروماتيزم العضلي :

* يستعمل زيت الكراويه بنسبة ١ ـ ٢ لـزيت الزيتـون مع جـزء معادل لهما من الكحول في التدليك الموضعي لأماكن الألم .

● ● ●

العلاج بالكرفس



عرف المكيون عصير الكرفس لعلاج حالات الربو والشلل كما عرفوا استخدامه على شكل حقن مهبلية للالتهابات وضد العقم وعلى شكل دهانات موضعية لعلاج الحروق والحمرة كما اعترف الطب الحديث بأهميته، ويمكن الكرفس أن يُستعمل في الحالات الآتية:

(١) التهابات الكلى والمثانة والرحم وعسر البول والضعف العصبي والجنسي:

* يستخدم منقوع بذور الكرفس المغلي شراباً.

(٢) لآلام المفاصل وحالات السعال والربو وعسر التنفس:

* يستعمل المريض مغلي بذور الكرفس بمقدار ٣ ـ ٤ أكواب يومياً.

(٣) حالات الحمى وارتفاع درجة الحرارة:

* يستعمل عصارة الكرفس الطازج بكميات مناسبة مع ملاحظة عدم تناول الحامل للكرفس لأنه يقلل من لبن الأم ويمكن أن يسبب للجنين عيوب خلقية.

(٤) **علاج النزلات المعوية وحالات الإمساك:**

* يستخدم منقوع البذور لأنها تساعد على طرد الغازات وتسهيل الطبيعة.

الاستعمال الخارجي:

(١) **الالتهابات الجلدية والحروق البسيطة:**

* يستخدم زيت الكرفس كدهان فوق الأماكن المصابة.

(٢) **لأورام الثدي وآلام العينين:**

* يستعمل المريض أوراق الكرفس على هيئة ضمادات بشرط أن تكون طازجة.

(٣) **الالتهابات المهبلية:**

* يستعمل مغلي الأوراق الطازجة للكرفس غسولاً بواسطة الدش المهبلي.

(٤) **التهابات اللثة واللسان:**

* تستعمل أوراق الكرفس مضغاً.

* وقد كشف الأطباء أن الكرفس يساعد على شفاء آلام المفاصل بشرط الاستمرار في تناوله لمدة طويلة كما أن زيت الكرفس مسكن للألم وخافض للحرارة وطارد للغازات ومدر للبول واللبن للمرضعات ومنقي للدم ويساعد في شفاء أوجاع وآلام المفاصل.

● ● ●

العلاج بالكركديه (كوجاراتي)



(أولاً): الاستعمال الداخلي:

(١) حالات الكحة وارتفاع الحرارة والسل الرئوي وارتفاع ضغط الدم وإبادة الديدان الشريطية والاسطوانية:

* يستخدم في علاج هذه الأمراض مغلي أوراق وأزهار الكركدية الجافة على هيئة مشروب ساخن يتناوله المريض من ٣ إلى ٤ أكواب يومياً.

* * *

(ثانياً): الاستعمال الخارجي:

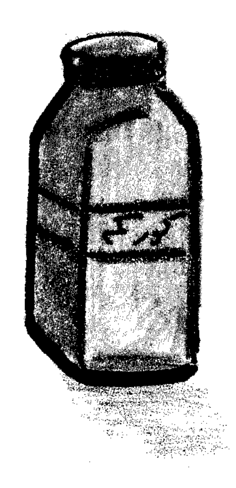
(١) لزيادة تثبيت لون الشعر وإكسابه لوناً براقاً:

* يستعمل مغلي أزهار الكركدية لإضافته إلى مسحوق الحناء وزهرة البابونج على شكل عجينة مناسبة توزع على خصلات الشعر بالتساوي وتلف بعد ذلك الرأس بكيس من النيلون لمدة ٦ ساعات ثم يغسل الشعر بالماء الدافيء للحصول على لون أحمر نحاسي جميل.

* وخلاصة هذا النبات لها تأثيرات فعالة في إبادة ميكروب السل وقتل ميكروبات كثيرة وهو خافض للحرارة وضغط الدم ومضاد للديدان الشريطية والاسطوانية.

● ● ●

العلاج بالكوركم



(أولاً): الاستعمال الداخلي:

(١) حالات ضعف الهضم وعسر البول وضعف الشهية:

* يستعمل مشروب منقوع مغلي أزهار النبات بمقدار كوب واحد قبل كل وجبة من الوجبات الثلاث يومياً.

* * *

(ثانياً): الاستعمال الخارجي:

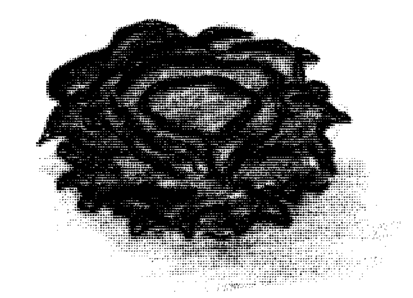
(١) للتخلص من البقع الملونة للبشرة:

* يستخدم مزيج مكون من مسحوق الجذور والأزهار مع كمية مساوية لهما من الأوكسجين كدهان موضعي مرتين يومياً.

* وهذا النبات يعتبر من المواد الطبية وفاتح للشهية ومدر للبول ويساعد في علاج وتخفيف بعض الأمراض الجلدية في حالة استعماله من الخارج.

• • •

العلاج بالكرنب



يحتوي الكرنب على الكالسيوم والصوديوم بالإضافة إلى أنه غني بفيتامينات (أ)، (ب)، (ج)، ومن الحالات التي يقوم بعلاجها الكرنب:

(١) حالات البرد والتهاب الشعب الهوائية:

* يستخدم حساء الكرنب ممزوجاً بعسل النحل.

(٢) لعلاج مرض السكر والإمساك والربو وقرحة المعدة:

* يستخدم حساء الكرنب بمعدل كوب صباحاً وآخر مساءً.

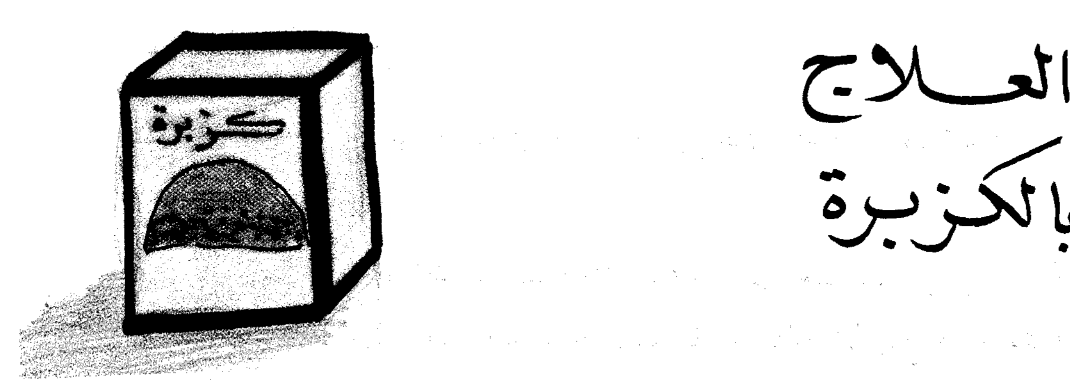
(٣) علاج الأنيميا وفساد الدم والروماتيزم المفصلي والطفح الجلدي وطرد الديدان المعوية وتنشيط الكليتين:

* يستخدم مغلي أوراق الكرنب (حساء مركز) بمعدل ثلاث ملاعق يومياً.

(٤) علاج القروح والحروق:

* يستخدم مغلي أوراق الكرنب على شكل كمادات موضعية ثلاث مرات يومياً.

• • •



العلاج بالكزبرة

(أولًا): الاستعمال الداخلي:

(١) حالات كسل المعدة والمغص والغازات:

* تستعمل ملعقة من مسحوق الكزبرة أو بضع نقط من زيت الكزبرة لأنهما يعملان على تنبيه غشاء المعدة وطرد الغازات بها وزيتها ينشط ويقوي المعدة والأمعاء، فهي مجربة.

* * *

(ثانياً): الاستعمال الخارجي:

(١) للآلام الموضعية والكسور:

* يستخدم مغلي مسحوق الكزبرة على هيئة كمادات فوق أماكن الإصابة.

(٢) للقروح والجرب والحكة:

* يستعمل زيت الكزبرة كدهان.

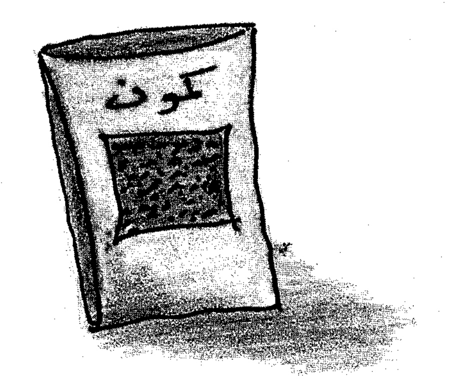
(٣) لآلام العيـون:

* يستخـدم مغلي مسحوق الكـزبرة على هيئـة كمادات عـدة مرات في اليوم وقبل النوم.

* وقـد تبين أن الكزبـرة لها فـوائد عـلاجية في حـالات الربـو والسعال الديكي وتقوي المعـدة وتمنع حـالات القيء وتطرد الأريـاح وتنبه غشـاء المعدة وتستخدم في أحيان كثيرة لعـلاج مرض البـول الدمـوي ومزجهـا بالسكر يمنـع التخمة ويقـوي القلب ويمنع الخفقـان ومع العتـر والسكر تزيل الدوسنتاريا ومع الينسون تقوي المعدة وتقتل الديدان.

● ● ●

العلاج بالكمون



عرف العرب مغلي الكمون لعلاج حالات الحمى والمغص المعوي وعسر الهضم ولطرد الدودة الشريطية ونزيف دم الحيض، ومن أشهر الحالات التي اعترف فيها الطب الحديث بعلاج الكمون لها:

(١) حالات المغص وسوء الهضم وانتفاخ المعدة وكثرة الطمث والديدان المعوية وحالات البرد:

* يستخدم مغلي مسحوق الكمون شراباً بمعدل ٢ كوب يومياً.

(٢) لحالات التشنج العصبي وضعف الشهية للطعام:

* يستخدم المريض مغلي خاص مكون من ملعقة كمون صغيرة في لتر ماء أو يمزج مسحوق الكمون بمعدل جرام واحد إلى مقدار قليل من العسل.

(٣) علاج وتسكين الآلام الروماتيزمية:

* يستخدم زيت الكمون بمعدل ١٠ نقاط على أي مشروب ساخن يتناوله المريض بعد الإفطار والعشاء.

* **ملحوظة**: كيلوجرام من الكمون يعطي ١٠٠ جرام من الزيت.

* * *

(ثانياً): الاستعمال الخارجي:

(١) لشفاء الجروح والقروح:

* يستخدم مزيج من زيت الكمون والعسل مع مسحوق الكمون أيضاً لدهان الأماكن المصابة.

(٢) لشفاء أمراض الخصيتين:

* يستعمل دهاناً موضعياً مكون من مسحوق الكمون + زيت + دقيق.

(٣) علاج الجرب والحكة:

* يستعمل الكمون مع الملح كدهان موضعي.

(٤) لإيقاف نزيف الأنف:

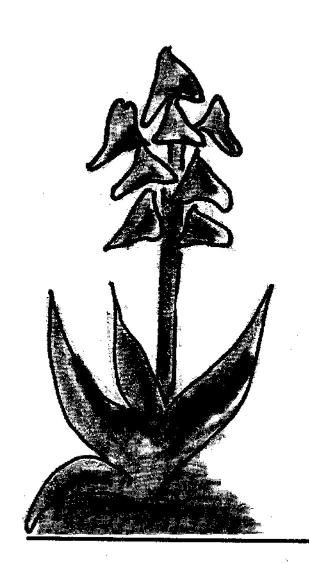
* تصنع فتيلة من القطن مشبعة بمسحوق الكمون مع الزيت وتوضع داخل الأنف.

(٥) لإزالة بقع الوجه ونعومة البشرة:

* يستعمل مغلي ماء الكمون غسولاً ثلاث مرات يومياً.

• • •

العلاج بكيس الراعي



(أولاً): الاستعمال الداخلي:

(١) لإيقاف نزيف المعدة والرئتين والسل الرئوي:

* يستعمل مغلي النبات بمعدل ٥ ملاعق كبيرة من الأعشاب الطازجة أو ٣ ملاعق كبيرة من مسحوق الأعشاب الجافة ثم يصفى المزيج جيداً والجرعة من ٣ ـ ٤ أكواب يومياً.

(٢) لإيقاف نزيف الرحم والبواسير:

* يستعمل مغلي النبات على شكل حقن مهبلية أو شرجية.

(٣) لإيقاف نزيف الأنف:

* يستعمل مغلي النبات فاتراً للاستنشاق بجرعات مناسبة طول اليوم والطريقة الصحيحة لعمل المغلي هي خلط ٣ ملاعق كبيرة من مسحوق الأعشاب المجففة مع كوبين من الماء أو ما يعادل ٥ ملاعق كبيرة من الأعشاب الطازجة لكل كوبين ماء.

* * *

(ثانياً): الاستعمال الخارجي:

(١) لإيقاف النزيف البسيط للجروح والبواسير:

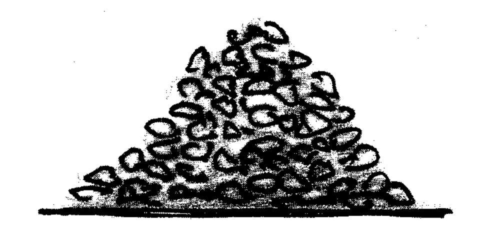
* يُمـزج ٢٠ جرام من عصيـر الأعشـاب الـطازجـة مـع ٤٠ جـرام من الشحم الحيواني المذاب فـوق نار هـادئة ويُغلى المـزيج لمـدة ٥ دقائق على النار ثم يُستخدم بارد على هيئة دهان.

(٢) لإزالة التهابات الثدي:

* تستعمـل لبخة من العشب السـاخن وتوضـع بين طبقتين من الشـاش وتثبت فوق الجزء المصاب موضعياً.

● ● ●

العلاج باللبان الذكر (اللبان الشحري)



اللبان الذكر علاج قديم استخدمه العرب القدماء واستخدمه الطب الحديث لعمل أغشية حول الحبوب الدوائية، وهو يعالج :

(١) حالات السعال وإزالة البلغم وبعض الأمراض الروماتيزمية وضعف المعدة :

* يستخدم منقوع اللبان الذكر في ماء دافىء ويشرب منه ما يعادل فنجان قهوة صباحاً على الريق ومساءً قبل النوم.

* * *

الاستعمال الخارجي :

(١) لتسكين آلام الأسنان المسوسة :

* يستخدم مسحوق اللبان.

* واللبان الذكر منبه ومفيد لمعالجة التهابات الحنجرة والشعب الهوائية والسعال والربو وبعض الأمراض الصدرية وهو مزيل للبلغم.

وللبـان الذكـر فوائـد أخرى تتمثـل في كونـه منبهاً ومنعشـاً ومدراً للطمث وهو يدخل الآن في تركيب اللصقـات الطبيـة بالإضـافة إلى أنـه يدخل في البخور وبعض المحاليل العطرية وفي صناعة الكحل الشـرقي المستخدم في تجميل العينين وبعض المستحضرات الطبية الأخرى.

● ● ●

العلاج بالحلاج

(أولاً): **الاستعمال الداخلي:**

(١) **لإزالة وتسكين الآلام الروماتيزمية والنقرس ونقص فيتامين (ب):**

* يستخدم منقوع النبات بمعدل ٣ أكواب يومياً.

* * *

(ثانياً): **الاستعمال الخارجي:**

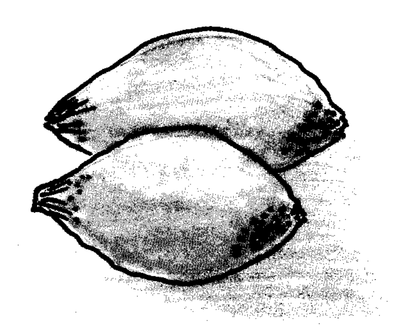
(١) **حالات الطفح الجلدي وزيادة البثور:**

* يستعمل منقوع النبات على هيئة غسول ٣ مرات يومياً ويمكن الاستفادة أيضاً من طريقة الاستعمال الداخلي بجانب العلاج الخارجي الموضعي لزيادة الفائدة.

* ولهذا النبات استخدامات طبية أخرى أهمها تخفيف وإزالة آلام النقرس وأوجاع المفاصل بصفة عامة وحالات الطفح الجلدي وعلاج نقص فيتامين (ب) بالجسم وهو مفيد في علاج السمنة وتخفيف شدة نوبات الألم.

● ● ●

العــلاج باللـيـمون



يقوم الليمون بتنـظيم كيمياء الجسم ويحـافظ على نشاطـه وحيويتـه وهو غني جداً بفيتامين (C) الـذي يفيد بشكـل مدهش في مكـافحة البـرد والوقـاية منه، ومن أهم الأمراض التي يقوم بمعالجتها الليمون:

(١) الوقاية من أمراض الكوليرا والحميات:

* يستخدم محلول ملحي يحتوي على ١٪ من عصير الليمون إلى ميـاه الشرب أو عصير ليمونين على طبق السلطة أو الحساء.

(٢) حالات كسل الكبد والكلى:

* يستعمل عصير الليمون على هيئة مشروب.

(٣) لحالات الروماتيزم وآلام المفاصل:

* يستخـدم عصير الليمـون على هيئة مشـروب لأنه يسـاعد على إزابـة الأملاح المترسبة في المفاصل.

* * *

الاستعمال الخارجي:

(١) حالات التهاب الفم واللسان والحنجرة:

* يستعمل عصير الليمون على هيئة غرغرة ومضمضة ٣ مرات يومياً.

(٢) الروماتيزم المفصلي والصداع وضربة الشمس:

* تستخدم كمادات دافئة من عصير الليمون على أماكن الألم.

(٣) لإزالة خشونة الجلد بالمرفقين:

* يستخدم التدليك الموضعي بنصف ليمونة لمدة دقيقتين يومياً.

(٤) الليمون في خدمة الجمال «لزيادة نعومة اليدين»:

* يستخدم مزيج من عصير الليمون والجلسيرين والكولونيا كدهان موضعي لإزالة خشونة جلد اليدين والساقين.

(٥) إزالة البقع الجلدية والنمش:

* يستخدم عصير الليمون الطازج كدهان لتفتيح لون البشرة والتخلص من البقع.

(٦) إنعاش وتقوية بشرة الوجه:

* يستخدم مزيج مكون من عصير الليمون الطازج مع ماء الورد وتبلل قطعة من القطن بهذا السائل الطبيعي وتمرر على بشرة الوجه.

(٧) للتنظيف العميق لبشرة الوجه:

* يخلط مقدار ملعقة صغيرة من عصير الليمون وأخرى من البرتقال إلى كوب من الزبادي، وتوضع طبقة من الخليط على بشرة الوجه كلها على

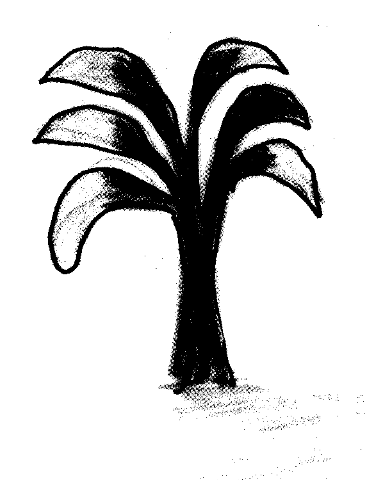
هيئة قناع مع عدم المساس بالمنطقة المحيطة بالعينين لمـدة ٧ دقائق ثم يزال القناع عن طريق غسل الوجه.

(٨) تبييض الشعر الغامق:

* يستخدم عصير الليمون مع ماء الأوكسيجين في التدليك الموضعي.

● ● ●

العلاج
بلسان الحمل
"آذان الجدي"



(أولاً): **الاستعمال الداخلي:**

(١) **لعلاج السعال الديكي والربو وسوء الهضم واضطرابات الكبد وحرقان البول والملاريا والدوسنتاريا:**

* يستعمل منقوع الأوراق والبذور شراباً بمعدل ٣ ملاعق يومياً.

(٢) **للإقلاع عن التدخين:**

* يستخدم منقوع مغلي الأوراق بنسبة ملعقة صغيرة من مسحوق الأوراق في كوب متوسط من الماء المغلي ويتناول الفرد ملعقة صغيرة كل ساعتين.

(٣) **حالات الإسهال والضعف العام وتجلط الدم:**

* يستخدم مستحلب مغلي الأوراق بنسبة ١ $\frac{١}{٢}$ أو ٢ ملعقة صغيرة لكل كوب من الماء ويتناول المريض من ٢ ـ ٣ أكواب يومياً.

* * *

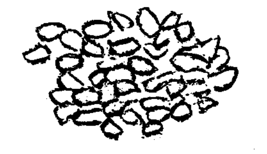
(ثانياً): الاستعمال الخارجي:

(١) حالات الجروح ولسع الحشرات وعقر الكلب:

* تستخدم عجينة مسحوق الأوراق الجافة أو الطازجة على هيئة ضمادات.

● ● ●

العلاج بالمحلب



المحلب مسكن للأوجاع والآلام ويقوي الكبد مشروباً، كما أنه يقوي الحواس عموماً ويمنع الخفقان وضيق التنفس وينقي المعدة ويفيد في آلام الكبد والكلى والطحال والنقرس والمفاصل وللأورام كما يفيد في حالات الربو والسعال والكحة والنزلات الصدرية.

وقد أخبرني أكثر من طبيب أنهم يصفون المحلب لمرضاهم الذين يعانون آلاماً بالصدر أو متاعب في التنفس أو الكلى.



العلاج بالمر



يستعمل المر في علاج:

(١) حالات النزلات الشعبية والسعال المزمن وعسر التنفس والطمث وتنبيه الأغشية المخاطية والتهاب المثانة وقروح المعدة والأمعاء:

* يستخدم لعلاج هذه الحالات المرضية مغلي المر بمعدل ٢ ــ ٣ أكواب يومياً.

* وقد استخدم المكيون المر من قديم الزمن كدهان موضعي لحالات الجروح والحروق والتهابات الجلد والشرج ولتسكين أوجاع المفاصل والعضلات والتهابات اللثة والفم وقراع الرأس.

(٢) الآلام الروماتيزمية والتواء المفاصل والقروح والحروق والالتهابات الجلدية:

* يستخدم المر مخلوطاً بزيت الزيتون كدهان موضعي.

(٣) لتطهير الجروح:

* يستخدم المر مخلوطاً بالعسل كدهان موضعي.

(٤) لعلاج القوباء :

* يستعمل المر مخلوطاً مع الخل كدهان موضعي .

(٥) لشفاء الجروح الصديدية والتهابات العين :

* يستخدم المر ككمادات دافئة .

(٦) لالتهابات الحلق وآلام الأسنان وضعف اللثة :

* يستعمل مغلي المر كغرغرة .

● ● ●

العلاج بالمريمية

(أولاً): الاستعمال الداخلي:

(١) حالات احتقان الكبد والبول والسكر والنزلات المعوية والصدرية والمغص الكلوي وكثرة إفراز العرق:

* يستخدم المريض مغلي أعشاب المريمية بنسبة ملعقة كبيرة لكل كوب من الماء الساخن والجرعة المناسبة من ٢ ـ ٣ أكواب يومياً.

(٢) حالات السعال والنزلات الشعبية والتهابات الجيوب الأنفية:

* يستنشق المريض بخار مغلي أوراق المريمية من ٢ ـ ٣ مرات يومياً.

(٣) حالات السمنة:

* يستخدم مغلي العشب بنسبة ملعقة كبيرة لكل كوب ماء ساخن ٣ مرات يومياً.

* * *

(ثانياً): الاستعمال الخارجي:

(١) حالات الروماتيزم وأوجاع الصدر والنزلات الشعبية:

* يستخدم زيت المريمية في التدليك الموضعي فوق الظهر والصدر مرتين يومياً.

(٢) علاج لنزيف اللثة:

* تستخدم الأوراق الطازجة في التدليك الموضعي.

(٣) التهاب اللوزتين:

* يستعمل مغلي الأوراق كغرغرة ومضمضة بمعدل ملعقة من مسحوق الأوراق الجافة لكل لتر ماء.

* **فكرة عملية:** للحصول على مزيج نموذجي للغرغرة تغلى الأوراق في الماء جيداً ثم يصفى المشروب تماماً ويضاف إليه ٣ ملاعق كبيرة من عسل النحل + ٢ ملعقة صغيرة من الخل ويقلب جيداً ثم يتغرغر به المصاب ٣ مرات كل ساعة.

(٤) الحكة حول الأعضاء التناسلية:

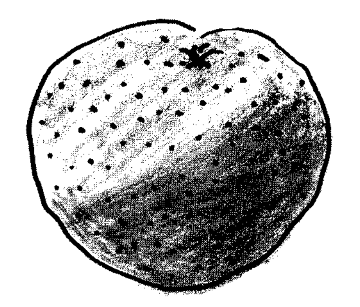
* يستخدم مغلي الأوراق على شكل حمامات مقعدية (الجلوس فيه) وكذلك يستعمل مغلي الأوراق كغسول موضعي للمناطق المصابة مرتين يومياً.

(٥) لإزالة الأجسام الغريبة من العينين:

* يستخدم مغلي الأوراق كغسول جيد للعينين.

● ● ●

العلاج بالمشمش



(أولاً): الاستعمال الداخلي:

(١) حالات الإسهال وسوء الهضم واضطرابات العادة الشهرية وزيادة حموضة الدم والضعف العام:

* يستخدم المريض بأحد هذه الحالات ثمار المشمش بمعدل ٦ حبات ثلاث مرات يومياً.

* * *

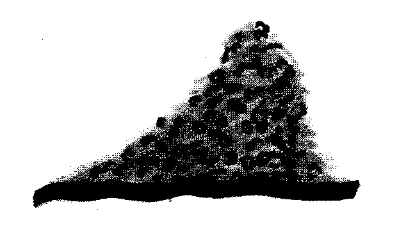
(ثانياً): الاستعمال الخارجي:

(١) التهابات الحنجرة وحالات السعال وآلام البرد:

* يستخدم مغلي الأوراق على شكل غرغرة ومضمضة ٣ مرات يومياً.

• • •

العلاج بالمصطكي (المستكة)



عرفها العرب الأقدمون لعلاج الصداع وانتفاخات المعدة وسوء الهضم ومتاعب الكبد والطحال، وعرفها الطب الحديث في عمل أغشية الحبوب الدوائية وصناعة نوع معين من الطلاء في العمليات الجراحية، ومن أهم استعمالاتها الحديثة كعلاج:

(١) حالات المغص وسوء الهضم:

* تمضغ المستكة مثل مضغ اللبان في أي وقت من النهار.

(٢) عسر البول وقرحة المعدة:

* يستخدم مغلي المستكة بمعدل كوب صباحاً وآخر مساءً.

(٣) إزالة الرائحة الكريهة من الفم:

* تمضغ المستكة بمفردها أو مع قطعة صغيرة من اللبان.

* وقد ثبت أن المستكة علمياً تقوي اللثة الضعيفة وتحافظ على بياض الأسنان.

● ● ●

العلاج بالميعة



(أولاً): الاستعمال الداخلي:

(١) حالات السعال والنزلات الصدرية وإزالة البلغم وتقوية المعدة:

* يستخدم مشروب الميعة بمعدل فنجان صغير صباحاً وآخر مساءً.

* * *

(ثانياً): الاستعمال الخارجي:

(١) علاج الأمراض الجلدية والطفيلية والجرب والجروح:

* تستخدم الميعة على هيئة دهانات فوق الأماكن المصابة موضعياً.

* ملحوظة: يمكن الحصول على الميعة النقية بإذابتها ثم يرشح المزيج وبذلك يصبح لونها أصفر مائل للإسمرار قليلاً.

• • •

العلاج بالنبق



(١) **حالات الإمساك وفساد الدم :**

* يستخدم مغلي ثمار النبق وذلك بنقع ١٠ حبات في كوب ماء لمدة ٨ ساعات ثم تغلى بعد ذلك وتشرب ساخنة .

(٢) **حالات ضعف اللثة :**

* يمضغ ثمار النبق لأطول مدة ممكنة بالفم .

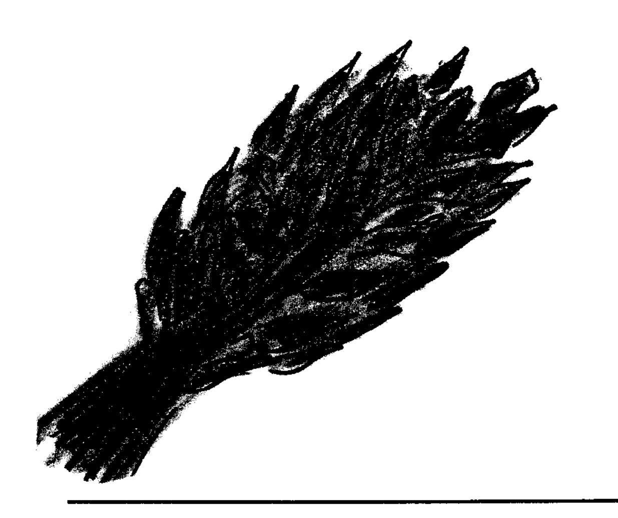
(٣) **لإزالة الرائحة الكريهة بالفم :**

* تمضغ ثمار النبق يومياً لإزالة هذه الرائحة وليصبح الفم نظيفاً.

* والنبق باختصار له القدرة على إبادة الجراثيم من الفم والحلق وتنقية الدم وتقوية اللثة وإزالة الروائح الكريهة من الفم وعلاج حالات سوء الهضم والإمساك .

●●●

العلاج بالنعناع البلدي



النعناع معروف منذ قديم الزمن ولدى العرب الأوائل. . . وأثبت العلم الحديث أنه مطهر للجروح ومنبه ممتاز للأغشية المخاطية واعترف العلماء المحدثون بأهمية النعناع في علاج الحالات الآتية:

(١) اضطرابات المعدة والمرارة وآلام الحيض وتسكين حالات المغص:

* يستخدم مشروب مغلي أوراق النعناع بمعدل ٣ أكواب يومياً كعلاج ناجح.

* **كيفية تحضير مشروب النعناع:** إن أفضل طريقة للحصول على مشروب النعناع هي تحضير ملعقة كبيرة من مسحوق أوراق النعناع لكل كوب من الماء المغلي مع ملاحظة عدم غلي الأوراق في الماء بل يكتفى بصب الماء المغلي عليها.

* * *

الاستعمال الخارجي:

(١) علاج الالتهابات الجلدية والتهاب الثدي والجرب:

* يستخدم المصاب لبخات مكونة من أوراق النعناع مع الخل أو يدهن الأماكن المصابة بالجروح والالتهابات بزيت النعناع الذي يطهر هذه الأماكن من الجراثيم ويذيل عنها الألم.

(٢) تسكين الآلام العصبية والصداع:

* تستخدم لبخات من أوراق النعناع فوق أماكن الإصابة أو يوضع كيس من الشاش مملوء بأوراق النعناع بعد تسخينها فوق مكان الألم.

(٣) حالات الزكام والسعال والتهابات الجهاز التنفسي:

* يستنشق المريض دخان (بخار) أوراق النعناع الجاف ٣ مرات يومياً.

• • •

العــلاج بالهليلج



(أولاً): الاستعمال الداخلي:

(١) علاج النزلات المعوية والحميات:

* يستخدم مغلي أوراق وثمار النبات كمشروب علاجي ممتاز.

(٢) إزالة الالتهابات الشرجية:

* يستخدم مغلي النبات كمشروب وأيضاً كحقنة شرجية.

* * *

(ثانياً): الاستعمال الخارجي:

(١) لسرعـة التئام الجـروح وبعض الأمـراض الجلديـة وتسكـين آلام المفاصل:

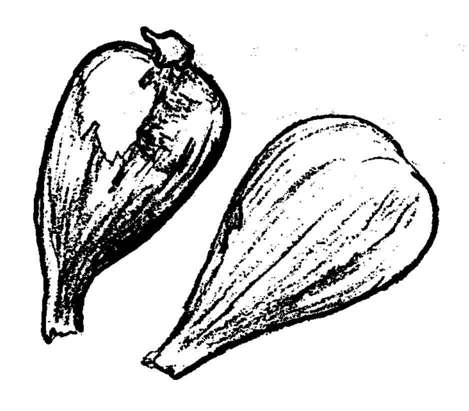
* يستخدم زيت الثمار كدهان مرتين في اليوم.

(٢) علاج التهابات الأذن:

* يستخدم الزيت بمعدل ٣ نقاط داخل الأذن ثلاث مرات يومياً.

● ● ●

العلاج بالهليون



الاستعمال الداخلي:

(١) ضعف الشهية وعسر البول والإرهاق البدني ومرض الاستسقاء:

* يستخدم منقوع الهليون بنسبة ٣٠ جرام من النبات على لتر ماء ويغلى جيداً والجرعة المناسبة ملعقة صباحاً ومساءً.

* يمكن أيضاً تناول جذور النبات بعد غسلها جيداً وهي طازجة على شكل خضراوات.

* إن أفضل طريقة لتناول الهليون هي طهي القشور الخارجية بعد نزعها من العيدان وغسلها جيداً نضعها لمدة ربع ساعة في ماء مغلي ثم يوضع الهليون المقشور فوق القشور المسلوقة بعد إضافة القدر المناسب من الملح ثم يطهى العيدان على النار الهادئة للحفاظ عليها متماسكة وهو مرطب للجسم ومدر للبول مهدىء للأعصاب وفاتح للشهية.

* **ملحوظة:** اتضح أن للهليون تأثيرات شديدة على الكلى لذلك على

المصابين بضعف الكلى أو الذين لديهم الاستعداد لتكـوين الحصى في الكلى عدم المبالغـة في تناول الهليـون، هذا بـالإضافـة إلى أنه يتسبب لهم في حدوث رائحة للبول والعرق غير مستحبة.

● ● ●

العلاج بالشيكوريا



(أولاً): الاستعمال الداخلي:

(١) **علاج التهابات الكبد والبواسير وعسر البول والإمساك:**

* يستعمل مغلي مسحوق بذور النبات بمعدل كوبين أو ثلاثة يومياً.

(٢) **للأمراض الجلدية والبثور وحب الشباب:**

* يتناول المريض عصير الأوراق والزهور الطازجة بجرعات متعددة يومياً.

(٣) **حالات الأنيميا والضعف العام وفقد الشهية للطعام:**

* يستعمل مغلي الأوراق والأزهار والجذور بمعدل كوب صباحاً وآخر مساءً.

* * *

(ثانياً): الاستعمال الخارجي:

(١) حالات الرمد والتهاب العين:

* يستعمل مغلي الجذور ٣ مرات يومياً على هيئة كمادات دافئة موضعياً.

(٢) ضمور العضلات وآلام الأطراف:

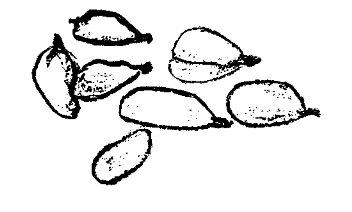
* يستعمل منقوع الأوراق والأزهار الطازجة في التدليك الموضعي.

(٣) التهابات المفاصل وتقلصات المعدة:

* يستخدم مغلي الأوراق والأزهار والجذور على شكل كمادات موضعية.

• • •

العلاج بالهندى الشعير



(أولاً): الاستعمال الداخلي:

(١) حالات الإسهال:

* يستخدم مسحوق الثمار الجافة بمعدل ملعقة صغيرة من كوب ماء مغلي مرة واحدة يومياً.

(٢) حالات الإمساك:

* يستخدم مغلي مسحوق الثمار بمعدل ملعقتين في كوب ماء مغلي.

* * *

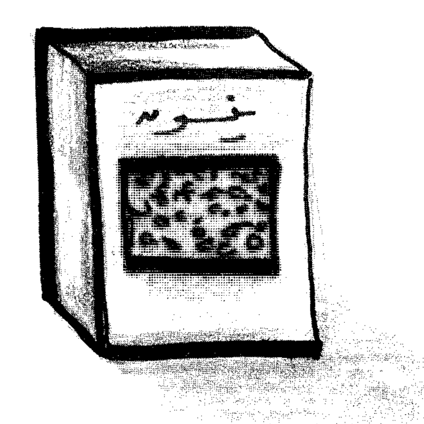
(ثانياً): الاستعمال الخارجي:

(١) التهابات البواسير:

* يستخدم مغلي مسحوق الثمار على هيئة غسول ٣ مرات يومياً.

• • •

العلاج بالينسون



جاء مغلي الينسون في الوصفات المكية لعلاج آلام واضطرابات المعدة وعسر البول وكذلك في بردية هيرست كطارد للغازات ومعالج لانتفاخات الأمعاء، وقد اعترف الطب الحديث بعلاج الينسون لحالات كثيرة منها:

(١) أمراض الجهاز التنفسي مثل ضيق التنفس والسعال ونوبات الربو والاضطرابات الهضمية وحالات المغص الكلوي ولتنشيط الكلي والمغص المعوي وانتفاخ البطن وإدرار الطمث وضعف المبايض وزيادة إدرار الحليب للمرضع وتسهيل عمليات الولادة وللأطفال الرضع:

* ولعلاج هذه الحالات يستخدم مغلي بذور الينسون بمعدل كوب أو اثنين يومياً.

* * *

الاستعمال الخارجي:

(١) التهابات العينين:

* يستخدم مغلي بذور الينسون كغسول للعينين.

(٢) لتنظيف شعر الرأس :

* يستعمل دهان مكون من زيت الينسون مع زيت الزيتون بنسبة ١ ــ ٢ .

• • •

دليل العلاج بالأعشاب

نظراً لكثرة وتعدد أنواع الأعشاب وكذا أصناف العطارة واختلاف مكوناتها العضوية وموادها الفعالة فقد عمدت إلى تصنيفها في مجموعات علاجية حسب أنواع الأمراض التي تساعد على علاجها تسهيلاً على القارىء. . وهذه التقسيمات والتصنيفات كالتالي:

(أولاً): مجموعة أمراض الشعر والرأس:

(١) ضعف وسقوط الشعر:

* بابونج ـ بصل ـ حناء ـ خروع ـ صبار ـ قرفة.

(٢) لتثبيت وازدهار ألوان الشعر:

* حناء ـ كركدية ـ كركم ـ زعفران ـ .

(٣) نظافة فروة الرأس:

* ثوم ـ خروع ـ بصل.

(٤) **قروح الرأس والقراع :**

* بصل ــ بقدونس ــ ثوم ــ حلبه ــ جرجير ــ صبار ــ ينسون .

* * *

(ثانياً) : مجموعة المضادات الحيوية القاتلة للميكروبات :

* بصل ــ ثوم ــ جميز ــ حناء ــ سنط ــ رمان ــ كرنب ــ كركدية ــ كافور ــ عرق ذهب ــ فجل ــ قرنفل .

* * *

(ثالثاً) : مجموعة أمراض العيون (الالتهابات والرمد) :

* زعتر ــ بابونج ــ خطمى ــ شمر ــ حنظل ــ مريمية ــ ينسون .

* * *

(رابعاً) : مجموعة المهدئات والمنومات :

* خس ــ كافور ــ لسان الحمل .

* * *

(خامساً) : مجموعة أمراض الفم والأسنان :

(١) **التهابات اللثة والفم :**

* بابونج ــ توت ــ حشيشة السعال ــ خطمى ــ شمر ــ حلبه ــ صفصاف ــ كرفس ــ نبق ــ سنط .

(٢) **قروح ونزيف اللثة :**

* رمان ــ صبار ــ جرجير ــ زعفران ــ مر ــ قرنفل ــ ثوم ــ جميز ــ نبق ــ زيتون ــ خبيزة ــ مريمية .

(٣) **آلام الأسنان :**

* آثل ـ بصل ـ ثوم ـ جوافة ـ قصب الزريرة ـ قرنفل ـ زعتر ـ مر ـ مستكة ـ كرفس ـ كافور.

(٤) **الرائحة الكريهة للفم :**

* بصل ـ جاوى ـ عرعر ـ نبق ـ مستكة ـ قرنفل.

* * *

(سادساً) : **مجموعة صداع الرأس :**

* بابونج ـ بصل ـ خيار ـ رمان ـ سنامكي ـ نعناع ـ مر ـ حب العزيز ـ فجل ـ عسل.

* * *

(سابعاً) : **مجموعة أمراض الأنف والأذن والحنجرة :**

(١) **الزكام وارتشاحات الأنف :**

* رمان ـ قرفة ـ صفصاف ـ خولنجان ـ زيزفون ـ عسل.

(٢) **التهابات الأذن :**

* بصل ـ هليلج.

(٣) **التهابات الحنجرة واللوزتين :**

* حلبه ـ صفصاف ـ بابونج ـ سنط ـ مريمية ـ زعتر ـ شمر ـ بصل ـ خطمى ـ خولنجان ـ عرقسوس ـ مشمش ـ نبق ـ قصب الزريرة.

* * *

(ثامناً): مجموعة أمراض الجهاز التنفسي:

(١) السعال ونزلات البرد:

* بابونج ـ كافور ـ شمر ـ زعتر ـ كمون ـ مريمية ـ خطمى ـ زعفران ـ قصب الزريرة ـ ميعة ـ خس ـ حلف بر ـ حلتيت ـ محلب ـ قرفة ـ عرق ذهب ـ خبيزة ـ عسل ـ كركدية ـ كرنب ـ فجل ـ جوافة ـ .

(٢) السعال الديكي:

* زعفران ـ زعتر ـ خله ـ شمر ـ زنجبيل ـ حلبه ـ تين ـ عرقسوس ـ كرات ـ قصب السكر ـ ثوم ـ فجل ـ ينسون ـ مر ـ ميعة عسل.

(٣) الربو الشعبي:

* بصل ـ حلبه ـ شمر ـ ينسون ـ جاوى ـ لبان ـ محلب ـ كرنب.

(٤) الربو العصبي:

* خله ـ حبة البركة ـ كافور ـ ينسون ـ لبان ـ محلب ـ عسل.

(٥) الالتهاب الرئوي الحاد والسل:

* بصل ـ حلبه ـ زعتر ـ جرجير ـ سحلب ـ كركدية ـ محلب ـ عسل ـ غذاء ملكات النحل ـ كيس الراعي ـ مُغات.

* * *

(تاسعاً): مجموعة أمراض الجهاز العصبي:

(١) حالات الإرهاق والأرق العصبي:

* خروب ـ زعتر ـ كرفس ـ هليون ـ شمر ـ مريمية ـ عسل ـ غذاء ملكات النحل ـ لسان الحمل.

(٢) لإزالة الآلام العصبية:

* زعفران ـ تربخان ـ زعتر ـ زيزفون ـ خس ـ كرفس ـ عسل ـ لسان الحمل.

(٣) لحالات الصرع:

* حلبه ـ مريمية ـ شمر ـ عسل.

(٤) شلل الأطفال والشلل النصفي:

* ثوم ـ جاوى ـ عرعر ـ مريمية.

* * *

(عاشراً): مجموعة المبردات الخافضة للحرارة والحميات:

* بليسان ـ توت ـ تمر هندي ـ كركدية ـ عرقسوس ـ رمان ـ خروب ـ دوم ـ زعتر ـ ليمون ـ حلف بر ـ صفصاف ـ زيزفون ـ قصب الزريرة.

* * *

(حادي عشر): مجموعة أمراض القلب والأوعية الدموية:

(١) لتنشيط القلب والدورة الدموية:

* زنجبيل ــ بصل ــ حناء ــ كافور ــ شواشي الذرة ــ هليون ــ كافور ــ قرفة ــ عسل.

(٢) ضد ارتفاع ضغط الدم العالي:

* بلح ــ حناء ــ ثوم ــ شواشي الذرة ــ كركدية ــ جزر ــ ترمس ــ دوم ــ ينسون ــ عرقسوس.

(٣) ضد تصلب الشرايين وزيادة الكوليسترول:

* ثوم ــ بصل ــ خوخ ــ شواشي الذرة ــ عسل.

(٤) ضد الذبحة الصدرية:

* ثوم ــ بصل ــ هليون ــ شواشي الذرة ــ عسل.

(٥) فقر الدم ــ الأنيميا:

* بلح ــ محلب ــ عسل ــ غذاء ملكات النحل ــ توت ــ كرنب ــ قصب سكر ــ سلق.

(٦) ضد زيادة حموضة الدم:

* تمر هندي ــ خروب ــ حمص ــ رمان ــ نبق ــ عسل ــ ليمون ــ مشمش.

* * *

(ثاني عشر): مجموعة أمراض الجهاز الهضمي:

(١) سوء الهضم وضعف المعدة:

* بابونج ـ بقدونس ـ حلتيت ـ زعفران ـ زعتر ـ عرعر ـ سنط ـ سنامكة ـ صبار ـ كافور ـ حبهان ـ حبة البركة ـ حنظل ـ زنجبيل ـ بلح ـ كزبرة ـ نبق ـ خولنجان ـ قرنفل ـ قرفة ـ شيح ـ ثوم ـ راوند ـ توت ـ شبت ـ فجل ـ مستكة ـ جرجير ـ جوز الطيب ـ قصب الزريرة ـ كركم.

(٢) للاضطرابات الهضمية:

* بلح ـ زيزفون ـ شمر ـ نعناع ـ زعتر ـ خروع ـ مستكة ـ قصب السكر ـ قرفة ـ ينسون ـ بابونج ـ خولنجان ـ زعفران ـ زيتون ـ جميز ـ حب العزيز.

(٣) ضد غازات المعدة والأمعاء:

* ثوم ـ فلفل ـ قرنفل ـ نعناع ـ كراوية ـ عرعر ـ ينسون ـ مريمية ـ حبة البركة ـ حلتيت ـ بليسان ـ مر ـ خولنجان ـ زنجبيل ـ جوز الطيب ـ كرفس ـ كزبرة ـ شبت.

(٤) ضد عفونة المعدة والأمعاء:

* ثوم ـ كراوية ـ زعتر ـ راوند ـ نعناع ـ سنط ـ حبهان ـ سنامكة ـ زيزفون ـ قرفة ـ خروع ـ شمر ـ كمون ـ زنجبيل.

(٥) حالات المغص المعوي:

* نعناع ـ كراوية ـ بابونج ـ شمر ـ حبهان ـ كمون ـ مستكة ـ

خطمى ـ ينسون ـ زنجبيل ـ قرنفل ـ قرفة ـ عسل .

(٦) ضد زيادة حموضة المعدة :

* خروب ـ قصب ـ عرقسوس ـ زبادي ـ كركدية .

(٧) لحالات الإسهال :

* رمان ـ كركدية ـ خروب ـ كراوية ـ تيليو ـ ثوم ـ بصل ـ مريمية ـ زعتر ـ جزر ـ مشمش ـ ينسون ـ قرفة ـ حبهان ـ سحلب .

(٨) لحالات الإمساك :

* تمر هندي ـ سنامكة ـ راوند ـ جرجير ـ عرقسوس ـ تين ـ بلح ـ توت ـ ترمس ـ خوخ ـ خبيزة ـ خس ـ مشمش ـ شواشي الذرة ـ نبق ـ قصب السكر ـ قصب الزريرة ـ خروع ـ حنظل ـ صبار ـ حلبه ـ زيتون ـ كرفس ـ شمر ـ عسل ـ كافور ـ كرنب .

(٩) لحالات الدوسنتاريا :

* ثوم ـ رمان ـ عرق ذهب ـ زعتر ـ كمون ـ سحلب ـ كراوية ـ شمر ـ لبان حامض ـ كرات ـ بيض مسلوق .

(١٠) ضد ضعف الشهية :

* هليون ـ عرعر ـ بصل ـ نعناع ـ شطة ـ حلتيت ـ فلفل ـ كمون ـ قرنفل ـ كركم ـ حبة البركة ـ كرات ـ قصب الزريرة ـ حلبه .

(١١) لالتهابات القولون :

* بابونج ـ سلق ـ عسل ـ عرقسوس .

(١٢) لقرحة المعدة والأمعاء :

* بـابونـج ــ حلبه ــ عـرقسوس ــ زعتـر ــ صبار ــ مستكـة ــ مـر ــ سحلب ــ عسل ــ كرنب .

(١٣) لقتل الديدان الشريطية والأسكارس :

* بصل ــ ثوم ــ حبة البركة ــ كرنب ــ شيح ــ ترمس ــ كـركديـة ــ كزبرة ــ سنط ــ كـافور ــ تـوت ــ جزر ــ ليمـون ــ رمان ــ حـرمل ــ سعر ــ ظربيح .

(١٤) لطرد الديدان الاسطوانية :

* ثوم ــ حلبه ــ خبيزة ــ كركدية ــ خله ــ سعـر ــ شمر ــ حـرمل ــ رمان .

* * *

(ثالث عشر) : مجموعة علاج الاستسقاء :

* بليسان ــ حنظل ــ بقدونس ــ عرعر ــ هليون ــ هليلج ــ فجل .

* * *

(رابع عشر) : مجموعة أمراض الكبد والطحال والمرارة :

(١) كسـل الكبـد :

* بقـدونس ــ خله ــ نعنـاع ــ صبـار ــ زعفـران ــ راونـد ــ ليمـون ــ عسل .

(٢) لالتهابـات الكبـد :

* بقدونس ــ جرجير ــ خله ــ مريمية ــ عسل ــ لسان حمل .

(٣) لأمراض الطحال :

* هليلج ـ نبق ـ عسل ـ غذاء ملكات النحل .

(٤) كسل المرارة :

* بابونج ـ عصير قصب ـ بصل ـ حنظل ـ زعتر ـ جرجير ـ نعناع ـ حمص ـ فجل ـ زيتون ـ عسل ـ كرات .

(٥) لإخراج حصوات المرارة :

* خله ـ زيتون ـ فجل .

* * *

(خامس عشر) : مجموعة أمراض المسالك البولية :

(١) عسر البول :

* بلح ـ بقدونس ـ جرجير ـ قصب السكر ـ حنظل ـ حب العزيز ـ حلبه ـ خله ـ خبيزة ـ خس ـ حبة البركة ـ بليسان ـ شواشي الذرة ـ فجل ـ زعفران ـ صفصاف ـ كرفس ـ عرعر ـ مستكة ـ ترمس ـ تين ـ هليون ـ قصب الزريرة .

(٢) للالتهابات الحالب والمثانة :

* ميعة ـ جاوى ـ مر ـ ثوم ـ حلتيت ـ زعتر ـ حلبه ـ شمر ـ صفصاف ـ كبريت نباتي ـ حلفا بر ـ حب العزيز ـ حنظل ـ بابونج ـ كرفس ـ عرقسوس ـ شواشي الذرة .

(٣) **كسل الكلى :**

* بصل ـ حمص ـ قصب السكر ـ قصب الزريرة ـ عرقسوس ـ ينسون ـ كرنب ـ ليمون ـ كرفس .

(٤) **لإخراج حصوات الكلى والمثانة :**

* زعتر ـ عرعر ـ شواشي الذرة ـ حلفا بر ـ هليلج ـ خله ـ مريمية ـ بقدونس ـ قصب السكر ـ قصب الزريرة .

(٥) **لالتهابات الكلى :**

* عرعر ـ مريمية ـ شمر ـ قرفة ـ كرفس ـ بقدونس ـ خبيزة ـ عسل ـ كركدية .

(٦) **لارتفاع نسبة الزلال في البول :**

* حلفابر ـ شواشي الذرة ـ كرفس ـ بقدونس .

(٧) **لحالات البول السكري :**

* بصل ـ توت ـ ترمس ـ عرعر ـ مريمية ـ صفصاف ـ جرجير ـ كرنب ـ حلبه ـ بصل ـ جزر .

(٨) **للإصابة بالبلهاريسيا :**

* خله ـ صبار ـ ثوم ـ جاوى ـ حلتيت ـ مر .

* * *

(سادس عشر) : مجموعة الأمراض التناسلية :

(١) لتنشيط الهرمونات الذكرية :

* بذر الجرجير ــ ورق التوت ــ بصل ــ بذر لفت ــ حبة البركة ــ خس ــ سمسم ــ غذاء ملكات النحل ــ طلع النخيل ــ جزر.

(٢) لتنشيط الهرمونات الأنثوية :

* زيت ينسون ــ زيت رمان ــ شمر ــ عرقسوس ــ حلبه ــ طلع نخيل ــ زيت حصى اللبان ــ نوى البلح .

(٣) لالتهابات غدة البروستاتا :

* بصل ــ كرفس ــ شمر ــ قنطريون .

(٤) لالتهابات المبايض :

* بابونج ــ كراوية ــ ينسون .

(٥) لالتهابات الرحم :

* كيس الراعي ــ صفصاف ــ شمر ــ كرفس ــ قرفة ــ خبيزة ــ كرات .

(٦) لالتهابات المهبل :

* بابونج ــ شمر ــ مريمية ــ كرفس ــ خبيزة .

(٧) لآلام واضطرابات العادة الشهرية :

* بابونج ــ زعتر ــ كراوية ــ بقدونس ــ مشمش ــ حبة البركة ــ نعناع ــ حمص ــ كرات ــ قرفة .

(٨) **لتنشيط الرحم وإدرار الطمث العسير:**

* خيار ـ زعفران ـ قرفة ـ حلبه ـ كرات ـ حبة البركة ـ مر ـ شمر ـ جرجير ـ قصب الزريرة ـ شواشي الذرة ـ بصل ـ صبار ـ بلح ـ خروع ـ خبيزة ـ ورق عنب.

(٩) **لاضطرابات سن اليأس:**

* ينسون ـ سمسم ـ عسل ـ غذاء ملكات النحل.

(١٠) **لتسهيل الولادة العسرة:**

* قرفة ـ بلح ـ ينسون ـ زعفران ـ عسل.

* * *

(سابع عشر): مجموعة لعلاج بعض الأمراض المختلفة:

(١) **الدفتيريا والتيفود:**

* بصل ـ ثوم ـ ليمون ـ صفصاف ـ كرفس ـ كافور ـ كركدية ـ عسل ـ محلب.

(٢) **الملاريا:**

* صفصاف ـ سنط ـ حرمل.

(٣) **الطاعون:**

* ثوم ـ بصل ـ عرق ذهب ـ كافور ـ ليمون.

(٤) **الجدري:**

* بقدونس ـ كافور ـ رمان.

(٥) التهابات الغدة النكفية :

* خطمى ـ بصل ـ حلبه ـ جميز ـ كركدية .

(٦) الكوليرا والالتهاب السحائي :

* ثوم ـ ليمون ـ كركدية ـ بصل ـ فجل .

(٧) الإسـقـربـوط :

* حلبه ـ ترمس ـ جوافة .

(٨) السـرطـان :

* ثوم ـ بصل ـ عروق الصباغين .

(٩) أثناء فترة النقاهة من الأمراض :

* حلبـه ـ ثـوم ـ زعتـر ـ نعنـاع ـ هليـون ـ عسـل ـ غـذاء ملكـات النحل ـ قصب السكر .

(١٠) لتنشيط وإدرار لبن الأم :

* حلبه ـ ينسون ـ كراوية ـ شمر ـ فجل ـ مريمية ـ حب العزيز ـ بقدونس ـ كرفس ـ غذاء ملكات النحل .

(١١) لإزالـة السمنـة :

* مريمية ـ لحلاح ـ بردقوش .

(١٢) لإزالـة النحـافة :

* بصـل ـ ورق توت ـ حلبـه ـ هليـون ـ كمـون ـ عسـل ـ غـذاء ملكات النحل .

* * *

(ثامن عشر): مجموعة علاج الروماتيزم والمفاصل:

(١) روماتيزم العضلات:

* بابونج ـ بليسان ـ ليمون ـ جاوى ـ جوز الطيب ـ جرجير ـ خروع ـ كراوية ـ حلبه ـ عرعر ـ شطة ـ شبت ـ صبار ـ هليلج ـ زعفران ـ مريمية ـ سنط ـ كرنب ـ كمون ـ فجل ـ عسل ـ كافور.

(٢) الروماتيزم المفصلي الحاد:

* هليلج ـ صفصاف ـ زعفران ـ شطة ـ جرجير ـ ليمون ـ كراوية ـ مر ـ زعتر ـ خروع ـ صبار ـ بقدونس ـ فجل ـ شبت ـ خوخ ـ لحلاح ـ ليمون ـ كافور.

(٣) النقرس:

* جاوى ـ خوخ ـ صفصاف ـ عرعر ـ مستكة ـ كرفس ـ فجل ـ ليمون ـ لحلاح.

(٤) التواء المفاصل:

* مر ـ بقدونس ـ رع رع.

* * *

(تاسع عشر): مجموعة الأمراض الجلدية:

(١) التهابات الثدي والجلد:

* بابونج ـ بليسان ـ جزر ـ حلبه ـ حناء ـ حب العزيز ـ خروع ـ خس ـ صفصاف ـ زعتر ـ شمر ـ نعناع ـ كبريت نباتي ـ كرفس ـ قصب الزريرة ـ كمون ـ زعفران ـ لسان الحمل ـ كيس الراعي.

(٢) خشـونة البشـرة :

* زعتـر ـ عرعـر ـ خطمى ـ خيـار ـ كرفس ـ زيـزفون ـ زعفـران ـ حلبه ـ حمص ـ فجل ـ ليمون ـ عسل .

(٣) البثور وحب الشباب :

* كافور ـ كزبرة ـ زعفران ـ هليلج ـ حبة البركة ـ بابونج ـ بصل ـ عرعر ـ صبار ـ جاوى ـ ترمس ـ عرق الصباغين ـ جرجير ـ كرنب ـ خس ـ خبيزة ـ كرات ـ عسل ـ قرفة .

(٤) النمش والبقع الجلدية :

* قـرفة ـ كـركم ـ كمـون ـ ليمـون ـ بقـدونس ـ خبيـزة ـ فجـل ـ جاوى ـ زيزفون .

(٥) القوباء والجرب والأكازيما :

* هليلج ـ مـر ـ ترمس ـ ميعـة ـ نعناع ـ حلبـه ـ بابـونج ـ عـروق الصباغين ـ حمص ـ جميز ـ جزر ـ ثوم ـ بصل ـ كمون ـ كـزبرة ـ عسل .

(٦) الجـــزام :

* هليلج ـ خله ـ رع رع ـ عشار .

(٧) سرطان جلد الوجه :

* عروق الصباغين ـ عسل .

(٨) قروح القدمين والكالو:

* حناء ـ بصل ـ حنظل ـ ثوم.

* * *

(عشرون): الجروح والقروح:

* جاوى ـ بليسان ـ بابونج ـ بصل ـ حناء ـ هليلج ـ حلبه ـ زيزفون ـ حنظل ـ ميعة ـ مر ـ جميز ـ تين ـ صفصاف ـ نعناع ـ صبار ـ كافور ـ سلق ـ جزر ـ عسل ـ لسان الحمل.

* *

(واحد وعشرون): لسرعة شفاء الحروق:

* تين ـ خس ـ كرفس ـ كرنب ـ جرجير ـ عسل.

* * *

(اثنان وعشرون): للعناية بالبشرة وإزالة تجاعيد الوجه:

* غذاء ملكات النحل ـ عسل ـ حب العزيز ـ ليمون ـ جميز ـ سمسم.

● ● ●

خاتمة

لعلي أكون قد وفقت في عرضي السريع لبعض الأعشاب الطبية والنباتات التي تعالج بأمر الله وتوفيقه كل الأمراض التي يمكن أن يعاني منها أي إنسان ولعلي أوفق أيضاً في الدعوة إليها ضمن من يدعون لها بجدية حيث أنه ليس أجمل من العودة إلى الطبيعة والبساطة والبعد عن الكيماويات المعقدة التي قد تكون مضرة ببني البشر أكثر من نفعها لهم وهذا بالفعل ما بدأ ينتبه إليه العالم ممثلاً في منظماته الدولية كمنظمة الصحة العالمية والمؤتمرات الدورية التي تعقد هنا وهناك.

ونحن عزيزي القارىء هنا وكما أسلفت من قبل لا أقلل من حجم الانتصارات الطبية المذهلة التي حققها العلم الطبي الحديث ولكنها فقط الدعوة إلى ترشيد استخدام الأدوية الكيماوية المعقدة التركيب والتي كثيراً ما يكون لها الكثير أيضاً من الأضرار الجانبية لا سيما وأن هناك البديل الطبيعي الذي يتمثل في نباتات طبيعية وأصناف من العطارة زهيدة الثمن بل هي أيضاً أساس تركيب الأدوية الكيماوية فما دام الحال كذلك فمن باب أولى أن تتناولها طبيعية بدون تلك الإضافات الكيماوية والسموم التي تسبب الأعراض الجانبية ونختصر على أنفسنا طريق الهلاك مصداقاً لقوله تعالى:

﴿وَلَا تُلْقُوا بِأَيْدِيكُمْ إِلَى التَّهْلُكَةِ﴾ [سورة البقرة: الآية ١٩٥].

هذه، عزيزي القارىء، دعوة وتذكرة والله أسأل أن ينفع بها المسلمين ويوفقنا إلى ما يحب ويرضى وهو السميع العليم.

• • •

المـــراجع

مسلسل	اسم المؤلف	اسم الكتاب
١ ــ		القرآن الكريم والسنّة المشرفة
٢ ــ	حسن عبد السلام	زخيرة العطار
٣ ــ	د. فريد لطفي	الطعام غذاء ودواء
٤ ــ	د. عز الدين رشاد	النباتات الطبية
٥ ــ	د. محمد محمود عبدالقادر	الغذاء والحالة الجنسية
٦ ــ	د. صبري القياني	الماء غذاء ودواء
٧ ــ	د. عبد العزيز شرف	الغذاء لا الدواء
٨ ــ	د. أمين رويحة	التداوي بالأعشاب
٩ ــ	د. درويش	العلاج بعسل النحل
١٠ ــ	د. محمد كامل	طب الرازي
١١ ــ	مختار سالم	الطب الأخضر، أعشاب لكنها دواء
١٢ ــ	الإمام السويدي	تذكرة الطب
١٣ ــ	ابن سينا	القانون في الطب
١٤ ــ	محمد عزت محمد عارف	١ ــ معجزات الشفاء بالحبة السوداء، ٢ ــ كنوز الطب العربي.
١٥ ــ	ابن القيم الجوزية	الطب النبوي
١٦ ــ	د. سامي محمود	الصحة والعلاج في الطبيعة والأعشاب
١٧ ــ	محمد عبد الحميد البوش	الإسلام والطب
١٨ ــ	د. كمال الدسوقي	عالج نفسك
١٩ ــ	د. أنيس فهمي	أمراض الشتاء

٢٠ ــ طيب عبد الله الطيب — الشفاء في الحبة السوداء
٢١ ــ محمد رفعت — العلاج بالأعشاب
٢٢ ــ لطفي وحيد — التداوي بالأعشاب والنباتات
٢٣ ــ عبد اللطيف عاشور — الأعشاب طبيبك الطبيعي
٢٤ ــ د. محمد كمال عبد العزيز — أسرار العلاج بالبصل والثوم
٢٥ ــ د. مصطفى كامل — النباتات الطبيعية
٢٦ ــ د. سامي محمود — كيف تعيش نباتياً
٢٧ ــ د. محمد كمال عبد العزيز — الحبة السوداء دواء لكل داء

• • •

فهرس الموضوعات

الموضوع	الصفحة

الموضوع	الصفحة

الموضوع	الصفحة

الموضوع	الصفحة

● ● ●

تصريح وزارة الإعلام
الرقم/ ٤٧٠/٢/م
التاريخ/٢١/٤/١٤١٢هـ